

LÄHEISEN MERKITYS PÄIHTEITÄ KÄYTTÄVÄN ISÄN ARJESSA

Hannele Myllylahti
Essi Mäkelä

Opinnäytetyö
Marraskuu 2015

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaali- terveys- ja liikunta-ala



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Kuvailulehti

Tekijä(t) Myllylahti Hannele Mäkelä Essi	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 12.11.2015
	Sivumäärä 60	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa		
Koulutusohjelma Sosiaali		
Työn ohjaaja(t) Taja, Kiiskilä ja Tuija, Ketola		
Toimeksiantaja(t) Tyynelä – Erityisesti ISÄ – projekti		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Kehittämiskeskus Tyynelän Erityisesti ISÄ - projekti. Projekti on käynnissä Jyväskylässä, Pieksämäellä, Varkaudessa, Mikkelissä ja Kuopiossa vuosina 2013 - 2016.</p> <p>Tutkimuksen tavoitteena oli tutkia mikä on läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa, millaista tukea päihteitä käyttävät isät olivat saaneet läheiseltään isyyteen ja päihteidenkäytön vähentämiseen. Tavoitteena oli myös selvittää millaista tukea päihteitä käyttävä isä haluaa saada läheiseltään tulevaisuudessa.</p> <p>Tutkimusaineisto muodostui projektin työntekijöiden tekemistä puolistrukturoiduista teemahaastatteluluista. Tutkimusaineistona oli viisi litteroitua haastattelua. Haastattelusta saatu tutkimusaineisto analysoitiin luokittelun avulla.</p> <p>Tuloksien mukaan läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa on suuri. Isät olivat saaneet läheiseltä keskustelutukea, vertaistukea sekä taloudellista tukea. Isyys nähtiin voimavarana päihteidenkäytön vähentämisessä tai päihteettömyydessä. Päihteitä käyttävä isä ei ollut ymmärtänyt läheisensä huolta ja tämä oli heille uusi asia. Tulevaisuudessa isät toivoivat samankaltaista tukea, kuin mitä he olivat saaneet läheiseltään aikaisemmin.</p> <p>Johtopäätöksenä voidaan todeta, että isyyden tukeminen oli tärkeä osa päihteitä käyttävän isän auttamisessa. Läheisen mukaan ottaminen päihteitä käyttävän isän toipumiseen oli tärkeää.</p>		
<p>Avainsanat (asiasanat)</p> <p>Isyys, päihdeongelma, läheinen, vanhemmuus.</p>		
Muut tiedot		

Description

Author(s) Myllylahti, Hannele Mäkelä, Essi	Type of publication Bachelor's/Master's thesis	Date 12.11.2015
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 60	Permission for web publication: x
Title of publication Significance of family members in the everyday lives of substance abusing fathers		
Degree programme Degree programme in Social Services		
Tutor(s) Kiiskilä, Taja and Ketola, Tuija		
Assigned by Tyynelä – Erityisesti ISÄ- projekti		
Abstract <p>The assignor of the thesis was the Erityisesti ISÄ (Especially FATHER) – project run by Kehittämiskeskus Tyynelä (Tyynelä Development Centre). The project has been running in the cities of Jyväskylä, Pieksämäki, Varkaus, Mikkeli and Kuopio from 2013, and it will run until the end of 2016.</p> <p>The objective was to study what the significance of family members was in the everyday lives of substance abusing fathers and what kind of support for fatherhood and for the reduction of substance abuse they had received from their loved ones. The aim was also to study what kind of support a substance abusing father wants from his family in the future.</p> <p>The research material comprised semi-structured theme interviews conducted by the employees of the project. The research data consisted of five transcribed interviews. The data from the interviews was analysed with a thematic analysis.</p> <p>According to the results, the importance of loved ones was great in the everyday life of a substance abusing father. The fathers had received conversational support, peer support and financial support from their loved ones. Fatherhood was seen as a source of strength in reducing the use of intoxicants or in maintaining sobriety. The fathers had not understood the concern of their loved ones, and this was new to them. For the future the fathers wished for support similar to what they had received from their loved ones before.</p> <p>It can be concluded that supporting fatherhood was an important part in helping fathers with a substance abuse problem. Involving close family members in the recovery of substance using fathers was important.</p>		
Keywords/tags (subjects) psychoactive drug, fatherhood, familiar, parenthood		
Miscellaneous		

SISÄLTÖ

1 Johdanto	5
2 Isyys ja päihdeongelma.....	7
2.1 Isyyden muutos.....	7
2.2 Mitä on päihderiippuvuus?.....	11
2.3 Päihteitä käyttävä isä lapsen näkökulmasta.....	13
3 Läheisen merkitys hoitomenetelmien näkökulmasta.....	16
3.1 CRAFT-menetelmä.....	16
3.2 Al-Anon	19
4 Läheisen tunteita päihdeperheessä	20
4.1 Läheisen tunteita.....	20
4.2 Läheisen selviytymiskeinoja.....	22
4.3 Läheisen rooli	23
5 Erityisesti ISÄ – projekti	26
6 Toteutus, aineiston hankinta ja analysointi.....	27
6.1 Tutkimusasetelma	27
6.2 Toteutus.....	28
6.3 Teemahaastatteluaineistot analyysin kohteena	30
7 Tutkimustulokset	32
7.1 Tuen tarpeet.....	32
7.2 Isyyden merkitys.....	36
7.3 Läheisen huoli	37
7.4 Tulevaisuuden näkymät	39
7.5 Johtopäätökset	41
8 Pohdinta	44
8.1 Opinnäytetyön luotettavuus	46
8.2 Opinnäytetyön eettisyys.....	47
8.3 Omat oppimiskokemukset.....	48

Lähteet	50
Liitteet.....	54
Liite 1 Infotiedote	54
Liite 2 Teemahaastattelurunko	55
Liite 3 Analysointi.....	58

1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä tarkastelemme läheisen merkitystä päihteitä käyttävien isien arjessa. Läheisellä tässä työssä käsitämme lapset, äidin, ex- puolison, sisarukset sekä isovanhemmat.

Aiheen valitsimme ajankohtaisuuden ja kiinnostuksen vuoksi isätyötä kohtaan. Tähän päädyimme, sillä haluaisimme tuoda isiä ja heidän oikeuksiaan enemmän näkyville, sekä tuoda ihmisten tietoisuuteen se, että isillä on oma tehtävänsä ja roolinsa vanhemmuudessa.

Viime vuosina isyydestä on keskusteltu entistä enemmän ja isyys kiinnostaa monilla eri aloilla (Kolehmainen & Aalto 2004, 9). Isän juomista ei pidetä samalla tavalla ongelmana, kuin äidin juomista. Isän alkoholinkäyttö saattaa olla vahingollisempaa perheelle, koska siihen liittyy useimmin väkivaltaa. (Itäpuisto 2008, 40 – 41.) Miehiin, joilla on päihdeongelma, ei usein liitetä mielikuvissa vanhemmuutta, vaikka todellisuudessa heillä on usein perhe, eli he ovat isiä (Pirskanen 2011, 12).

Toimeksiantajana toimii Kehittämiskeskus Tyynelän Erityisesti ISÄ-projekti. Heillä on meneillään nelivuotinen projekti päihteitä käyttävien isien kanssa. Projekti on käynnissä Jyväskylässä, Pieksämäki-Varkaus alueella, Kuopiossa ja Mikkelissä. Tarkempi aihe vahvistui toimeksiantajan kokeman tarpeellisuuden myötä ja yhteistyömme alkoi tammikuussa 2015. Halusimme oppia ja kehittyä itse isätyössä, mutta samalla antaa työstämme hyötyä projektille.

Tutkimustehtävämme muodostui yhteistyössä Erityisesti ISÄ – projektin työntekijöiden kanssa. Halusimme valita aiheen, josta olisi hyötyä heidän työssään, sekä tulevaisuudessa myös meidän työssämme. Aiheen näemme ajankohtaisena, sillä sosiaalihuoltolaissa edellytetään läheisverkoston kartoittamista asiakkaan

kanssa. (L 1301/2014.) Näin ollen läheiset saadaan paremmin mukaan asiakkaiden auttamiseen ja tukemiseen.

Päihteitä käyttäneitä vanhempia ja päihteiden vaikutusta lapsiin on tutkittu viime vuosina paljon, (Itäpuisto 2005, Kosonen 2011) mutta muiden läheisten näkökulma on jäänyt vähemmälle huomiolle. Pirskanen (2011) puolestaan tutkii väitöskirjassaan ongelmajuovien isien ja lasten välistä suhdetta lasten näkökulmasta sekä sitä, millaista isyyttä ja miehyyttä pojat näkevät päihdeongelmaisten isien edustavan ja millaisia valtasuhteita päihdeongelma tuo isien ja poikien välille. Isät ovat jääneet tutkimuksissa vähäisemmälle huomiolle, sillä miehet ovat usein haluttomampia kertoamaan alkoholiongelmaistaan ulkopuolisille, kuin naiset. Tämän vuoksi miesten ääni jää usein kuulematta. (Mts. 13.) Tarkoituksena on saada päihteitä käyttävät isät kertomaan, mikä merkitys heidän läheisillään on heidän arjessa.

Perheiden ja tulevien sukupolvien hyvinvoinnille hyvinvoiva isyys on keskeinen voimavara. Isien saama tuki on tärkeässä asemassa. Tukemisen avulla on mahdollista saada isyys vahvemmin kuuluvaksi, osallistuvaksi ja näkyväksi niin yksilö-, yhteisö- kuin organisaatiorakenteiden tasolla. Lisääntyvä tiedon määrä antaa mahdollisuuksia hyvinvoinnin ja tasa-arvon edistämiseen. (Saneri, Tikka & Peit-salo 2015.)

Pienet merkitykselliset toimenpiteet voivat lisätä tietoisuutta isyydestä. Isien erilaisten tarpeiden, kokemusten sekä ajatusten ymmärtäminen antaa isille uudenlaisia keinoja pohtia omaa isyyttään ja sitä kautta pohtia hyvinvointia useista eri näkökulmista. Tasa-arvoisen vanhemmuuden ja isyyden näkökulmasta on tärkeää ottaa isät tasavertaisesti mukaan erilaisiin perheille suunnattuihin palveluihin sekä haastaa miehiä pohtimaan isyyttään eri näkökulmista. (Mts.)

2 Isyys ja päihdeongelma

2.1 Isyyden muutos

Perinteinen isyys ei ole antanut miehelle mahdollisuutta hoivaavaan vanhemmuuteen vaan se on rakentunut siten, että mies on vastuussa perheen elannosta. Huttusen (Kolehmainen 2004, 90) mukaan isän tulee olla tilanteita hallitseva, etäinen mutta silti hänen tulee pystyä kontrolloimaan tunteitaan. Tämä malli on väistymässä, mutta se edelleen vaikuttaa tapoihin, joilla isyyttä ajatellaan. (Mts. 90.)

Toisen maailmansodan jälkeinen murroskausi on muuttanut isyyttä, naisten kouluttautuminen ja siirtyminen työelämään kodin ulkopuolelle sekä tasa-arvoisuuden lisääntyminen ovat muokanneet isyyttä. 1960-luvulla alkanut muutos naiskulttuurissa vaikutti odotuksiin isyyttä kohtaan. Nais- ja tasa-arvoliike kyseenalaisti sen, että naiset hoitivat kodin sekä lapset työn lisäksi, mikä lisäsi paineita isän roolin muuttumiseen. (Mts. 90)

Sukupuoliroolit ovat niin vahvoja, että naiset kantavat kaiken vastuun lapsista, kun miehet eivät sitä tee. Miehiä ei myöskään arvostella tästä, koska luotetaan siihen, että naiset hoitavat lapset. (Sariola 2006, 139.) Suomalaisessa vanhemmuuspuheessa korostetaan äidin ensisijaisuutta, emotionaalisuutta ja tunneherkkyyttä, kun taas isää kuvataan autoritäärisenä (Mykkänen & Huttunen 2008, 170).

Vuosien saatossa isyys on muuttunut perheen elättäjyydestä kohti hoivaavaa isyyttä. Miehiltä vaaditaan aikaisempaa enemmän osallistumista perheen arkeen. Tämän taustalla ja rinnalla kulkee isän auktoritäärisen roolin katoaminen. On

alettu odottaa, että miehet ottavat osan naisten perinteisestä hoivamaailmasta. (Kolehmainen 2004, 89.)

Huttunen (1999, 185 – 187) käyttää tällaisesta isästä termiä uusi isä. Uusi isä on mies, joka pyrkii tietoisesti uudenlaiseen, lapsille läheisempään isyyteen. Uusi isyys tulee ymmärtää enemmän moderniksi isyydeksi kuin joksikin isyyden lajiksi. Se muuttaa nykyisiä vanhemmuuskäsityksiä, sillä se edellyttää molemmilta vanhemmilta uudenlaista lähestymistapaa vanhemmuuteen, työn- ja kotitöiden suhteeseen sekä omaan identiteettiin. Uuden isyyden keskeinen edellytys on vanhemmuuden ja vastuun jakaminen isän ja äidin kesken. Uusi isä on sitoutunut vanhemmuuteen, hankkinut kodin ja lasten hoitoon tarvittavat tiedot ja taidot sekä selviytyy niistä itsenäisesti, koti-isyys on hänelle yhtä vakava vaihtoehto kuin puolisol-lekin, lisäksi hän on aidosti kiinnostunut lastensa hyvinvoinnista. Merkittävintä on, että mies näkee isyytensä tärkeänä itselleen. (Mts. 185 – 187.)

Isän roolimallia lähdetään usein etsimään omasta isästä. Nykyisät ottavat kuitenkin mallia myös monelta muulta taholta. Rankisen mukaan miehet ottavat vanhemmuuden mallia miespuolisista sukulaisistaan, kuten veljestä, isoisästä, ystävistä tai naapureista. Vanhemmuuden suhdetta oman isän malliin voi jakaa kolmeen ryhmään. **Ensimmäisen ryhmän** kokemus omasta isästä nähdään myönteisenä, ja tätä pidetään roolimallina itselleen. **Toisen ryhmän** muodostavat isät, jotka haluavat käyttää osittain omalta isältään saamaansa mallia. **Kolmanteen ryhmään** kuuluvat isät, jotka kokevat oman isänsä kielteisenä ja haluavat toimia omassa isyydessään toisin. Saadut mallit eivät kuitenkaan rajoita isyyttä. Mallia otetaan sieltä, mistä itselle sopivin malli löytyy. (Oulasmaa & Saloheimo, 26 – 27; Rankinen, 92.)

Isyydestä ja päihdeongelmasta toipumisesta on tehty vähäisiä tutkimuksia. Cy-leste Collinsin, Christine Grellan ja Yih-Ing Hseri arvioivat tutkimuksessaan (Ruis-niemi 2006, 170) vanhemmuuden vaikutuksesta päihderiippuvuudesta toipumi-seen, sekä eroja isien ja äitien välillä. Tutkimuksen mukaan vanhemmuus toimii

suojaavana tekijänä päihteidenkäyttöä vastaan enemmän isillä, kuin äideillä. Toisaalta vähäinen päihteidenkäyttö on isille sallittavampaa kuin äideille. Tässä tutkimuksessa päihderiippuvuudesta toipumisen merkittävänä voimavarana nähdään vanhemmuus. (Mts. 170.)

Huttusen (1999) mukaan isyydestä voidaan puhua kolmen kerroksen isyytenä. Isyyskeskusteluissa unohdetaan usein tarkentaa, minkä tasoisesta isyydestä puhutaan. Miesten ja naisten historiasta tulee isyyteen myös kulttuuriset ja yhteiskunnalliset juuret, jotka vaikuttavat miesten isyysskäyttäytymiseen. Näin ollen isyydestä voidaan puhua kulttuurisena, yhteiskunnallisena ja perheiden isyytenä. (Mts. 169.)

Kulttuurinen isyys

Kulttuurista isyyttä voidaan kutsua myös symboliseksi tai arkkityyppiseksi isyydeksi. Kulttuurinen isyys sisältää ainakin osittain omat uskomuksemme, ennakkoluulomme, asenteemme ja stereotypiamme isyydestä. Kulttuurisen isyyden yhteydessä voimme puhua eri aikakausien ja alakulttuurien muunnelmista, tietynlaisen kulttuurialueen isyysteemasta. Kulttuurisessa isyydessä voidaan puhua myös malleista, jotka ovat syntyneet menneisyydessä, ja jotka vaikuttavat nykypäivänä isyyteen. Mieskulttuuri on opastanut isiä kantamaan vastuunsa perheen elannosta, mutta tunnepuoli ei ole kuulunut isyyteen. Naiskulttuurikaan ei ole antanut isälle tilaa lapsen hoidossa ja kasvatuksessa. Äitiysideologian mukaan lapsen vanhemmuus kuuluu äidille. Perinteinen äiti on antanut ymmärtää, että isän tulee auttaa, mutta hän ei saa käydä liian tunkeilevaksi. Tämä on poistanut miehiltä mahdollisuuden hoivaavaan vanhemmuuteen. (Huttunen 1999, 170 – 172.)

Yhteiskunnallinen isyys

Yhteiskunnallisella isyydellä tarkoitetaan perhepolitiikkaa, terveys- ja sosiaalitoimia sekä työelämää. Sen pohjana on kulttuurinen isyyskuva, mutta piilotettuna ja epäjohdonmukaisena. Esimerkkinä Huttunen (1999, 173 – 174) mainitsee työelämän isyysajattelun, jossa keskiössä on edelleen isyyden kieltäminen. Hyvä työntekijä ei tuo isyyttään julki eikä anna sen häiritä työntekoa. Isyydestä ei puhuta työpaikalla, vaan työ on suoritettava ikään kuin yksityiselämää ei olisi. Toki hyvällä työntekijällä on vaimo ja lapset kotona, mutta isyyden ei tule näkyä ulospäin, ainaakaan häiritsevästi. Tärkeänä isyyteen liittyvänä yhteiskunnallisena keskusteluna voidaan pitää mediassakin esiin nostettua työn ja perheen yhteensovittamisen ongelmaa. (Mts. 172 – 174.)

Perheiden isyys

Perheiden isyydellä tarkoitetaan isien ja äitien omia ajatuksia ja toimia isyydestä. Jokainen mies on tietoinen kulttuurisesta ja yhteiskunnallisesta isyydestä, hän kuitenkin luo itse oman isyytensä. Nykypäivänä työjako perheessä on tasapuolisempi, miehet osallistuvat lasten hoitoon aiempaa enemmän, mutta silti lastenhoitotyötä tekevät enemmän äidit. Väestöliiton Perhebarometrin mukaan äiti on enemmän vastuussa lapsen asioista, isän vastuulle jää usein vain harrastuksiin vieminen. Silti sekä isät että äidit ovat tyytyväisiä roolijakoonsa. Näyttääkin siltä, että perinteisellä isyydellä ei ole enää suurta asemaa, vaan isyys on muuttumassa osallistuvampaan isyysmalliin. (Huttunen 1999, 175 – 176.)

2.2 Mitä on päihderiippuvuus?

Suomessa on todettu sadoilla tuhansilla ihmisillä olevan päihteiden ongelmakäyttöä. Heistä suuriosa on alkoholin suurkuluttajia, mutta viime vuosikymmenten aikana on myös huumeiden ja lääkkeidenkäyttö lisääntynyt huomattavasti. Liiallinen päihteidenkäyttö ei ole pelkästään käyttäjän ongelma, vaan tämä koskee koko perhettä. Mikäli ajatellaan, että ongelmakäyttäjällä olisi 1-2 läheistä, joiden elämä vaikeutuu päihteidenkäytön myötä, saamme kokonaisvaltaisen kuvan yhteiskuntamme inhimillisestä ja sosiaalisesta ongelmasta. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 7, 104.)

Ihminen voi saada riippuvuuden monenlaisista aineista. Riippuvuus voi olla myönteistä tai kielteistä. Myönteinen riippuvuus tarkoittaa positiivista luottamusta, itseenäisyyttä ja turvallisuutta ihmissuhteessa. Kielteinen riippuvuus taas on pakonomaista ja aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia ongelmia. Riippuvuutta voidaan luokitella tunnesairaudeksi. Ihmisen kokonaisvaltainen tunnemaailma sairastuu, ja täten sairaus pakottaa ihmisen toimimaan. Päihderiippuvaisen solut tottuvat helposti samaan säännölliseen annokseen, ja täten sietokyky kasvaa. Mikäli päihdeannosta ei saada säännöllisesti, alkavat vieroitusoireet. Päihderiippuvaisen solut alkavat vaatia päihteitä. (Korhonen 2009, 45; Leskinen 1999, 18.)

Riippuvuutta ei siis varsinaisesti aiheuta mikään aine, vaan se on psyykkinen tila, jota päihteillä tavoitellaan (Koski-Jännes 1998, 31). Terveysten- ja hyvinvoinnintieteen teettämän Terveys 2000 -tutkimuksen mukaan 4 prosenttia yli 29-vuotiaista suomalaisista sairastaa alkoholiriippuvuutta (THL 2014). Halmeen (2009) tutkimuksen mukaan yli kolmannes pienten lasten isistä on alkoholin riskikuluttajia (Mts. 76).

Koski-Jänneksen (1998) mukaan addiktiivinen käyttäytyminen on toistuvaa ja siihen liittyy mielihyvän tuntemuksia. Riippuvuuskäyttäytymiseen liittyy myös syyllisyyttä, mikä johtuu tyydytyksen ja haitan ristiriidasta. Tästä seuraa salailua ja kielteisten seurauksien vähättelyä. Addiktioit voidaan Mäkelän (2013, 120 – 121) mukaan määritellä kahteen näkemykseen: pahemalliin ja sairausmalliin. Pahemallin perusajatuksena on, että päihderiippuvainen on itse tietoisesti aiheuttanut itselleen päihdeongelman, jota yhteiskunta paheksuu ja josta on haittaa päihderiippuvaiselle itselleen ja hänen ympäristölleen. Päihdeongelma nähdään käyttäjän itse hankitulta ongelmalta, jota voidaan paheksua. Paheksumisen tavoitteena on päihdeongelman ryhdistäytyminen, henkinen herättely tai muu toiminta, joka poistaisi päihdeongelman. Sairausmallissa päihderiippuvuus luokitellaan sairaudeksi, johon kuuluu voimakas halu tai tarve käyttää alkoholia sekä heikentynyt kyky hallita juomista. Määritelmällä tarkoitetaan, että henkilöllä on itsemäärääminen ja päätöksenkyky selkeästi alentunut. (Mts. 120 – 121.)

DSM IV:n liittyvän riippuvuuden kriteerien mukaan riippuvuus ilmenee vähintään kolmella seuraavista tavoista kahdentoista kuukauden aikana:

1. Sietokyvyn kasvu
2. Vieroitusoireet
3. Aiottujen käyttömäärien ylittyminen
4. Jatkuva halu lopettaa tai epäonnistuneet lopettamisyritykset
5. Aineen hankintaan ja käyttöön kulunut runsas aika
6. Työ ja sosiaalisen elämän vähentyminen tai lopettaminen aineen käytön vuoksi
7. Käytön jatkaminen haitoista huolimatta. (Koski-Jännes 1998, 29).

Päihdehuoltolaki määrittelee päihteenä alkoholin, tai muun päihtymistarkoituksessa käytettävän aineen (L 17.1.1986/41). Alkoholi on laillinen päihde Suomessa. Alkoholia valmistetaan viljasta ja hedelmistä, tislaamalla tai käyttämällä. Lukuun ottamatta mietoja päihteitä on markkinointi ja mainonta kiellettyä. Anniskelu- ja myynti-ikärajat ovat voimassa. Suomessa alkoholin myynti alle 18- vuotiaalle on laitonta. Alhainen alkoholin määrä vilkastuttaa, virkistää, kohottaa mielialaa ja vähentää estoja. (Päihdelinkki.)

Alkoholin kulutustutkimusten mukaan alkoholinkäyttö ja siihen liittyvät haitat ovat viime vuosikymmeninä lisääntyneet nopeasti (Haavio-Mannila 2003, 7). Alkoholin terveyshaitat ovat pienemmät kuin tupakoinnilla, mutta kokonaisvaikutukset tupakointia suuremmat. Maailman terveysjärjestön WHO:n mukaan alkoholinkäytöllä on yhteyksiä ainakin 60:n sairauteen. Jo lyhytaikainen runsas käyttö aiheuttaa terveyshaittoja, mutta suuriosa vakavista haitoista johtuu pitkäaikaisesta käytöstä. Osahaitoista kohdistuu lähiympäristöön ja läheisiin, esimerkiksi vanhempien runsaan alkoholinkäytön vaikutus lapseen. (Huttunen 2013, 11.)

2.3 Päihteitä käyttävä isä lapsen näkökulmasta

Suomessa joka viides aikuinen kertoi vuonna 2009 lapsuudenkodissa käytettävän runsaasti alkoholia. Tämä osuus lisääntyi huomattavasti vuosien 1994 – 2009 aikana. Näistä aikuisista noin 10 % kertoi, että vanhempien runsas alkoholinkäyttö aiheutti heille ongelmia, jotka vaikuttivat vielä aikuisenakin. Lasinen lapsuus- tutkimuksessa on arvioitu Suomessa olevan noin 100 000 lasta, jotka kärsivät vanhempiensa alkoholinkäytöstä. (Ahlström 2013, 69.)

Vanhemman tehtävä on taata lapselle riittävät fyysiset, psykologiset ja kehitykselliset edellytykset. Ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista on hänen vanhemmillaan, tai muilla huoltajilla. Heidän tulee turvata lapselle tasapainoinen kehitys ja

hyvinvointi, siten kuin laissa säädetään. Kodin tulee olla rakastava, turvallinen ja kaikin tavoin vakaa. Päihdeongelmalliselle vanhemmalle nämä kriteerit eivät ole yksiselitteisiä. (Itäpuisto 2008, 38; L 13.4.2007/417)

Itäpuiston (2008, 40 – 41) mukaan juova vanhempi koetaan heikommaksi rooli-malliksi kuin ei-juova. Kulttuurimme sallii isien alkoholinkäytön paremmin kuin äitien; alkoholi on miehille paineiden purkamisen keino ja miesten keskinäinen seurustelutapa. Kulttuurissamme mies nähdään sankarina, juomisesta huolimatta. Miehet ovat naisia useammin alkoholiongelmaisia. Tällä on suuri merkitys lasten elämään. Isän alkoholinkäyttö voi olla vahingollisempaa lapsille kuin äidin, koska isien juomiseen liittyy usein väkivalta. (Mts. 40 – 41.)

Itäpuisto (2008, 41) on tutkinut, kuinka vanhempien alkoholinkäyttö vaikuttaa lapseen. Tutkimuksen mukaan lapset näkevät alkoholisoituneen isänsä terrorisoivana kiusaajana tai huonona isänä. Isät käyttäytyvät usein huonosti ja lapsi säälii ja halveksii häntä. Isänmalli voi myös puuttua kokonaan, mikäli vanhemmat ovat ajautuneet avioeroon. Lapselle merkittävää on myös isättömyys, jossa isä on vain fyysisesti perheenjäsen, mutta ei läsnä. (Mts. 41.)

Juovat vanhemmat voidaan Itäpuiston (2008, 42 - 43) mukaan jakaa kolmeen erityyppiin, jotka ovat välinpitämätön vanhempi, sadistinen vanhempi sekä velvollinen vanhempi. Yleisin näistä on välinpitämätön vanhempi, jolle juominen menee lapsen tarpeiden edelle. Sadistinen vanhempi on väkivaltainen niin henkisesti kuin fyysisestikin lasta kohtaan. Sadistinen väkivalta on tietoista ja suunniteltua. Jotkut lapset näkevät vanhempansa juomisesta huolimatta velvollisina vanhempina. Hyvä vanhemmuus on suhteessa, johon vanhempi on alkoholiongelmastaan huolimatta tuonut jotain arvokasta. (Mts. 42 – 43.)

Päihteitä käyttävän isän rooli vanhempana on usein epäjohdonmukainen. Usein päihdeongelmaisen käyttäytymisessä on jaksoja humalan, katumuksen ja syyllisyyden välillä. Näitä seuraa ahdistus, jännitys ja lopulta raitis aika. Kokemuksen kautta lapsi voi oppia sopeutumaan näihin rooleihin ja jopa ennustamaan niitä.

Tunnepitoista turvallisuutta päihdeisän lapsella ei ole usein tarjolla, sillä tämä syntyy ainoastaan raittiusjaksojen aikana. (Ackerman 1992, 41.)

Alkoholiperheissä kasvavat lapset eivät välttämättä kärsi tunne-elämän haitoista. Tähän vaikuttaa mm. lapsen ikä, lasten lukumäärä, perheen ulkopuoliset ystävät ja se onko päihdeongelmainen isä vai äiti. Tutkimusten mukaan lapset, jotka kasvavat alkoholia käyttävässä perheessä voidaan jakaa kahteen ryhmään sen mukaisesti, osaavatko lapset solmia positiivisia ihmissuhteita perheen ulkopuolelle. Näistä ihmissuhteista voi lapsille tulla yhtä tärkeitä kuin perhesuhteista. (Mts. 47.)

3 Läheisen merkitys hoitomenetelmien näkökulmasta

Päihdeongelmaisen läheisille on olemassa useita erilaisia palvelumuotoja, kuten vertaistukiryhmiä, Irti huumeista Ry, kunnalliset ja valtakunnalliset palvelut sekä erilaiset internet-palvelut. Mikäli päihdeongelmainen itse haluaa muutosta, voi läheisten tuki olla hänelle suureksi avuksi. Koski-Jänneksen (2004, 124) tutkimuksen mukaan läheisen merkitys kasvoi raittiuden ylläpitämisessä päihdekuntoutusjakson jälkeen. Tutkimus osoitti sen, että läheisen merkitys alkoi näkyä niin päihteiden käytössä, kuin parisuhteen laadussa. (Mts. 124.)

Emme määrittele tässä opinnäytetyössä yllämainittuja erilaisia palvelumuotoja vaan keskityimme kahteen menetelmään, joista on myös todettu olevan hyötyä päihdeongelmaisen läheiselle. Erityisesti ISÄ – projektissa nämä menetelmät eivät ole käytössä, mutta läheiset ovat tuoneet esille, että ovat olleet Al-Anon ryhmissä.

3.1 CRAFT-menetelmä

CRAFT- menetelmän perustana on jo 1970 luvulla kehitetty Community Reinforcement Approach (CRA). Suomessa tämä ohjelma tunnetaan nimellä yhteisövahvistusohjelma. Tällä ohjelmalla on saatu erittäin hyviä tuloksia päihdeongelmaisten raitistumisessa sekä sen on todettu olevan tehokkaampi kuin muut hoitomuodot. Eri CRAFTISTA tehtyjen tutkimusten mukaan läheisellä on iso rooli päihdeongelmaisten raitistumisessa. (Koski-Jännes, Riittinen, Saarnio 2008, 169.)

CRAFT- menetelmää on kokeiltu sekä alkoholi että huumeriippuvaisten läheisillä. Tutkimukseen joka suuntautui alkoholiriippuvaisten läheisille, osallistui 130 henkilöä. Läheiset jaettiin satunnaisesti kolmeen ryhmään. Nämä kolme ryhmää olivat 1) CRAFT n=45, 2) Al-Anon menetelmä n=45, ja 3) Johnson Instituutin Interventio n=40. Tutkimuksen mukaan CRAFT- ryhmän läheisistä 64 % päihdeongelmaisista hakeutui hoitoon. Al-Anon- ryhmän läheisten päihdeongelmaisista 13 % hakeutui hoitoon ja Johnson Instituutin Interventio ryhmästä 22,5 %. (Mts. 169 – 170.)

Kaikki yllämainitut menetelmät paransivat läheisten psyykkistä ja psykososiaalista hyvinvointia sekä vähensivät masentuneisuutta, ahdistuneisuutta ja vihan tunteita. Perheriidat vähenivät sekä parisuhteisiin oltiin aiempaa tyytyväisempiä. Tutkimus osoitti että CRAFT-menetelmän avulla läheisten on mahdollista auttaa hoidosta kieltäytyvien päihdeongelmaisten hoitoon hakeutumista. CRAFT-menetelmä toimii hyvin myös vanhemmilla joiden aikuisella lapsella on päihdeongelma. (Mts. 170.)

CRAFT-menetelmä on asiakaslähtöinen ohjelma, jonka tarkoitus on kiinnittää huomiota sekä läheisen että päihdeongelmaisen haitallisiin käyttäytymismalleihin. Käyttäytyminen pyritään muuttamiseen sellaiseksi, että se tukee molempien terveyttä ja parantaa sekä heidän elämänlaatua. Menetelmän esisijaisena tavoitteena on päihdeongelmaisen motivoiminen hoitoon läheisen avulla. Muut tavoitteet ovat päihdeongelmaisen päihteiden käytön vähentäminen sekä läheisen psyykkisen, emotionaalisen, fyysisen ja sosiaalisen elämän uudistaminen. Menetelmässä keskitytään päihdeongelman lisäksi päihdeongelmaisen läheisen ja hänen kumppaninsa elämäntilanteeseen. Perhesuhteiden vapaa-ajan vieton sekä sosiaalisten suhteiden tarkoituksena on tukea raittiutta. Päihteettömyys pyritään saamaan päihteiden käyttöä kiinnostavammaksi. (Mts, 147–148.)

CRAFT- menetelmä sisältää menetelmiä, joilla päihdeperheen tilannetta voidaan kartoittaa ja ohjata muutokseen. Menetelmä muodostuu seuraavista osa-alueista: 1) Läheisen motivoiminen 2) Funktionaalinen analyysi päihdekäyttäytymisestä 3)

Perheväkivallan ehkäiseminen 4) Vuorovaikutustaitojen harjoittelu 5) Positiivisen vahvistamisen harjoittelu ja kehittäminen 6) Päihdekäyttäytymisen torjuminen ja siitä vetäytyminen 7) Läheisen oman elämän uudelleen rakentaminen ja läheisen omien positiivisten vahvistusten kartoittaminen 8) Hoidon ehdottaminen päihdeongelmaiselle. Näiden osa-alueiden tarkoituksena on valmentaa läheistä päihdeongelmaisen hoitoon motivoimiseen sekä auttaa läheistä omassa elämässään. (Mts. 148 – 149.)

CRAFT-menetelmän avulla läheinen kykenee jäsentämään päihdeperheen arkea sekä antaa hänelle valmiuksia vaikuttaa perheen hyvinvointiin. Keskiössä on läheinen ja päihdeongelmainen sekä heidän keskinäinen vuorovaikutuksensa. Menetelmän toteuttaminen vaatii pitkäjänteisyyttä, kärsivällisyyttä, johdonmukaisuutta ja jämäkkyyttä. Menetelmä sopii kaikkiin kulttuureihin taustaan katsomatta. Lisäksi valmennukseen osallistuneet läheiset voivat auttaa päihdeongelmaisen hoitoon hakeutumista. Tukeaan antamalla läheinen voi edistää päihteettömyyden säilymistä arjessa. Tämä tarkoittaa selkeiden rajojen asettamista hyväksyttävään käytökseen. Yhdysvalloissa tehdyissä tutkimuksissa keskimäärin seitsemän kymmenestä päihdeongelmaisesta hakeutui hoitoon läheisensä saatuaan CRAFT-valmennuksen. Päihdeongelmainen vähensi usein omaa päihteidenkäyttöään jo ennen hoitoon hakeutumista, sillä hänen myönteinen vuorovaikutus ja kanssakäyminen olivat parantuneet. Vähentynyt päihteidenkäyttö antoi mahdollisuuden hoitaa parisuhdettaan. (Mts. 171.)

Läheisen hyvinvointi vaikuttaa myönteisesti koko perheen hyvinvointiin. Menetelmän edetessä läheinen oppii kommunikaatitaitoa, josta on hyötyä hänen muihin ihmissuhteisiinsa. Uusi päihteetön elämäntapa, joka on saavutettu CRAFT-menetelmän avulla antaa mahdollisuuden parisuhteeseen jossa on sekä avoimuutta että luottamusta ja näitä voidaan osoittaa avoimesti. (Mts. 171–172.)

3.2 Al-Anon

Al-Anon on suunnattu alkoholistien läheisille vertaistukiryhmäksi. Läheisiä voivat olla puoliset, vanhemmat, lapset, sisarukset ja ystävät. Ryhmässä läheiset pääsevät jakamaan kokemuksiaan, toivoaan ja voimiaan. Ryhmä perustuu AA:n 12 askeleen ohjelmaan. Tämä ohjelma on hengellinen toipumisohjelma. Al-Anon ei kuitenkaan ole sitoutunut mihinkään uskonnolliseen järjestöön. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 115; Al-Anon 2007.) AA:n 12 askeleen ohjelmalla tarkoitamme Anonyymit-Alkoholistit-ryhmässä käytettävää ohjelmaa. Toiminnan periaatteita ovat vapaaehtoisuus, luottamuksellisuus ja nimettömyys (Al-Anon 2007).

Al-Anonissa painotetaan läheisen voimattomuutta päihdeongelmaan nähden. Ohjelman tavoitteena ei ole edistää päihdeongelmaisen hoitoon hakeutumista. Tämä ei myöskään kiinnitä huomiota päihdeongelmaisen ja läheisen välisen kommunikation korjaamiseen. (Koski-Jännes ym. 2008, 170.) Tavoitteena on auttaa vaikeuksissa joita alkoholismi aiheuttaa (Koski-Jännes ym. 2004, 115).

Al-Anon perustuu siihen, että perheenjäsen ei pysty auttamaan tai hillitsemään päihdeongelmaisen juomista. Tämä on perusehto läheisen toipumiselle, koska hallinta tuottaa usein pettymyksiä. Toiminnan perustana on jäsenten keskinäinen välittäminen, sillä päihteidenkäytön katsotaan olevan koko perheen ongelma. Toipumisen mahdollisuutena on asenteen muuttuminen päihdeongelmaa kohtaan. (Mts. 116–117.)

4 Läheisen tunteita päihdeperheessä

4.1 Läheisen tunteita

Päihdeongelman seuraukset ovat läheisille usein raskaita. He saavat kokea toistuvia pettymyksiä, ahdistusta, pelkoa ja voimattomuutta. Kaikkeen tähän liittyy myös paljon salailua. Puhumattomuus aiheuttaa sen, että rakentavia ratkaisuja ei löydetä. Nykyään päihdeongelmaisten läheisten asemaan kiinnitetään enemmän huomiota. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 7.)

Päihteidenkäyttäjän läheiset tarvitsevat myös apua. Päihteidenkäyttäjä sekä hänen läheisensä ei välttämättä tiedosta avun tarvetta, vaikka merkkejä avuntarpeesta olisi. Läheiset elävät päihderiippuvaisen kanssa niin kiinteästi, että unohtavat oman elämänsä. Heidän koko energiansa keskittyy päihteidenkäyttäjään. Läheinen ei pysty ottamaan vastuuta toiminnastaan vaan uskoo, että päihteidenkäyttäjä voi elämänmuutoksellaan parantaa hänen oloaan. Kun päihteidenkäyttäjä lopulta päätyy hoitoon, myös hänen läheisensä tarvitsee tietoa ja tukea, jotta hän pystyisi omaan muutosprosessiinsa. (Korhonen 2009, 107 - 108.)

Tunteista yleisin on häpeä. Päihteidenkäyttöä pidetään häpeällisenä ongelmana, joka leimaa koko perheen. Tämän vuoksi ongelma salataan, eikä siitä kerrota edes muille läheisille. Toinen yleisesti tunnettu tunne on pelko, joka kohdistuu päihdeidenkäyttäjän käyttäytymiseen. Pelko liittyy myös seuraavan juomiskauden alkamiseen. Muita tunteita ovat viha, raivo ja katkeruus, jotka voivat aiheuttaa riitaa ja väkivaltaa, mikä taas johtaa itsesyytöksiin. Päihteitä käyttävä läheinen on kuitenkin aina läheinen, joten kiintymys ja rakkaus eivät katoa. Näiden myötä lähei-

nen voi kokea huolta päihteitä käyttävän hyvinvoinnista ja terveydestä. Yksinkertaisempaa olisi jos tunteita koettaisiin yksi kerrallaan. Kuitenkin läheinen joutuu kamppailemaan tunteiden ristiriidoissa, joissa yksi tunne vie eri suuntaan kuin toinen. Tunteiden ristiriita on sovittu, kun koetaan anteeksiänto. (Hänninen 2004, 105 – 106.)

Läheisistä tuntuu, että päihde on tärkeämpi käyttäjälle, kuin läheinen itse. Tämä vahvistuu, kun he huomaavat tullessa hyväksikäytetyksi. Läheisten on vaikea ymmärtää, kuinka vaikeaa päihteidenkäytön lopettaminen voi olla. (Korhonen 2009, 110.)

Vanhemman päihteidenkäyttö voi aiheuttaa lapselle häpeää ja syyllisyyttä. Päihteidenkäyttö on perheen salaisuus, josta ei puhuta. Näin lapsi voi luulla, että hän on ainoa, jolla on kotona päihteisiin liittyviä ongelmia. Tähän liittyy yksinäisyyttä ja vähäisiä ihmissuhteita. (Taitto 2002, 19).

Päihteitä käyttävässä perheessä elämä on usein hallitsematonta ja ennakoimattonta. Sovituista säännöistä ei pidetä kiinni, ja säännöt voivat muuttua joka päivä. Vanhempien humalassa antamat lupaukset antavat lapselle toiveita, jotka eivät kuitenkaan koskaan toteudu. Tämä horjuttaa lapsen luottamusta aikuiseen ja toisiin ihmisiin. Päihdeperheessä kasvanut lapsi voi toivoa aikuistuvansa nopeasti, sillä lapsen mielestä aikuisella on kyky hallita ihmisiä ja erilaisia tilanteita. (Mts. 19 – 20.)

Vanhempien tuen ja turvan puuttuminen voi aiheuttaa lapselle huonoa itsetuntoa. Lapsen voi olla vaikea tunnistaa omia tarpeitaan ja tunteitaan. Heikon itsetunnon johtuminen voi kantautua myös siitä, että lapsi joutuu elämään perheen odotusten mukaisesti. Vanhemman persoonallisuuden muutos päihteidenkäytön seurauksena on pahinta lapselle. Tällöin lapsi ei voi tietää miten vanhemmat toimivat ja tämän vuoksi luottamus häviää. Lapsi voi kärsiä myös psykosomaattisista oireista,

kuten vatsavaivoista, pahoinvoinnista, unettomuudesta tai kastelusta. Päihdeperheessä eläneellä lapsella ei ole kokemuksia siitä, millainen on tavallinen perhe ja miten se toimii. (Mts. 21.)

4.2 Läheisen selviytymiskeinoja

Eri läheisillä on useita erilaisia selviytymiskeinoja eläessään päihdeongelmaisen kanssa. Yksi näistä on kulissien ylläpitäminen: kun oma mieli ja ajatusmaailma ovat kaaoksessa, keskittyminen ja energia suunnataan johonkin mitä voi hallita. Päihdeongelma piilotetaan ja perheen julkisivu pidetään puhtaana. Häpeä eristää perheen kotiin ja rajoittaa sen toimintaa. Pitkään jatkunut päihderiippuvuus on jumiuttanut sekä läheisen, että päihteidenkäyttäjän omaan toimintatapaansa. (Hänninen 2004, 107; Korhonen 2009, 237.)

Ensisijainen selviytymiskeino on toimiminen ongelman poistamiseksi. Läheinen tekee mitä tahansa vähentääkseen tai lopettaakseen päihteidenkäyttäjän päihteidenkäytön. Tämä voi olla riippuvuuden aikana pullojen piilottamista ja ongelman paljastuttua hoitoon kannustamista. Moni läheinen tuntee olevansa voimaton auttamaan päihdeongelmaista. (Hänninen 2004, 107.)

Kun läheinen ymmärtää oman voimattomuutensa läheisensä päihteidenkäyttöön, toisenlaisena selviytymiskeinona voidaan pitää tilanteesta irrottautumisena fyysisesti tai henkisesti. Asuminen väliaikaisesti erillään auttaa irrottautumaan ongelmasta ainakin osittain. Henkiseen irrottautumiseen perustuu Al-Anon-liikkeen selviytymismalli. Siinä päihdeongelma rajataan käyttäjän omaksi ongelmaksi ja näin pyritään estämään päihteiden vaikutus koko perheeseen. Puhuminen ja kirjoittaminen nähdään myös läheisen selviytymiskeinona. (Mts. 108.) Hännisen

(2004, 108 - 109) mukaan luottamuksellinen keskustelu on yleinen selviytymiskeino, mutta päihdeongelmaisten läheisten tarinoissa tämä tulee harvoin esiin. Päihdeongelmaisen läheisten voi olla vaikea löytää kuulijaa itsellensä. Kirjoittamista pidetään hyvänä keinona saada ongelmaan etäisyyttä ja purkaa omia kielteisiä tunteita. (Mts. 108 – 109.)

Yksi tekijä, joka nykytutkimustiedon mukaan suojaa lasta, on se, että hänellä olisi ainakin yksi luotettava aikuinen tukena. Tuki löytyy useimmiten omasta perheestä, mikäli toinen vanhempi on kyennyt säilyttämään tasapainon perheessä, sekä huomioimaan lapsen tarpeet. Tärkeänä tuenantajana lapselle on myös omat sisarukset. Mikäli perheen molemmat vanhemmat käyttävät alkoholia ongelmallisesti, tulisi lapsen avun ja tuen löytyä perheen ulkopuolelta. Harrastukset ja harrastukset ovat myös suojaavia tekijöitä, kuin myös tieto ja ymmärrys omien vanhempien tilanteesta. Osa lapsista pärjää keskimääräistä paremmin, ja he selviävät vaikeistakin tilanteista ja olosuhteista. Voimavaroja löytyy lapsesta itsestään. Näitä voimavaroja tukemalla ja kannustamalla lapsen selviytyminen tulee helpommaksi. Tärkeimpänä selviytymiskeinona, jota tulisi tukea tehokkaasti ja turvallisesti on vaarallisista tilanteista vetäytyminen ja itsesuojelu. Olennaisinta on että lapsi kykenee suojelemaan itseään henkisesti ja fyysisesti. Tähän tulee kannustaa, sillä usein lapset, joiden molemmat vanhemmat käyttävät alkoholia pyrkivät oman hyvinvointinsa uhalla auttamaan ja suojelemaan muita perheenjäseniä. (Itäpuisto & Taitto 2010, 11.)

4.3 Läheisen rooli

Kun perheessä on päihteitä käyttävä henkilö, on läheisten määritettävä uudelleen sosiaalinen rooli, jonka suhde juovaan yksilöön antaa hänelle. Ihmissuhde on saat-

tanut muuttua paljon siitä, mikä se on joskus ollut. Lapsi ei voi olla vanhempi-lapsisuhteessa, jos vanhempi ei käyttäydy vanhemman roolin mukaisesti. Päihteitä käyttävän vanhemmat eivät saa lapsesta tukea ja turvaa omaan vanhuuteensa, vaan joutuvat huoltamaan lastaan, tämän aikuistuttuakin. Perheenjäsenten tulee kehittää omat roolit ja yhdessä olemisen tapa tai irrottauduttava kokonaan suhteesta. Tätä voidaan kutsua suhdeuraksi. Tämä on aikaa vievä prosessi, joka muotoutuu käyttäjän käyttämisuran kanssa. Siihen liittyy myös läheisen oman identiteetin muotoutuminen. Läheisen perheroolista riippuu, millainen tämä prosessi on. Alkoholistin lapsella tämä on erilainen, kuin alkoholistin puolisoilla tai vanhemmilla. Vaikka alkoholinkäyttö tuo ongelmia, niin kokemukset ja toimintatavat riippuvat sosiaalisista rooleista jotka määrittävät läheissuhdetta. On eri asia olla päihteitä käyttävän puoliso, kuin lapsi. Huolet ja tehtävät ovat erilaiset. Puolisoista on läheisryhmänä eniten tutkimuksia, vaikka niitäkin on melko vähän. Vanhempien tai muiden perheenjäsenten liiallinen päihteidenkäyttö on yleisempää, kuin avio- tai avopuolison. Tutkimukset selittyvät sillä, että puolisoiden halutaan olevan päihteidenkäyttäjän apuna ja tukena. Puoliso on samalla väkivallan, laiminlyönnin ja hyväksikäytön uhri, mutta myös käyttäjän tuki ja turva. Samalla puoliso on myös käyttäjän kumppani, kenellä on odotuksia ja tarpeita. (Holmila 2003, 79 – 82.)

Vanhemman rooli on vaikeaa, kun päihteiden käyttäjä on oma lapsi. Vanhemmat joutuvat seuraamaan lapsen toimintaa ja tilanteen pahentumista pitkänkin ajan, eivätkä kaikki vanhemmat osaa tai jaksa hakea itselleen apua. Asenne työhön ja ympäristöön sekä muihin perheenjäseniin muuttuu ja oma elämä kaventuu. (Korhonen 2009, 113 – 115.)

Puolison hätä kohdistuu erilaisiin asioihin, kuin vanhemmilla. Pettymykset, yksin vastuunkantaminen sekä taloudelliset vaikeudet, epävarmuus, mustasukkaisuus ja yökausien valvominen on läheiselle raskasta. (Mts. 113 – 115.) Perheessä puolisoilla saattaa olla mahdollistajan rooli. Hänen päätavoitteensa on huolehtia ensisijaisesta vastuusta, jotta perhe toimii. Päihteidenkäyttäjä tyypillisesti luopuu vastuunotosta, ja menettää kontrollin juomiseen. Puoliso ottaa näin ollen enemmän vastuuta perheestä ja alkaa tehdä itsenäisesti enemmän perheen päätöksiä, kun

päihteidenkäyttäjä ei niihin kykene. Tällä tavoin hän usein myös mahdollistaa päihteiden käytön. Puoliso voi ottaa myös perheen sankarin roolin. Tämä on tarpeen, jotta perheen negatiivinen vaikutus saadaan positiiviseksi. Perheen sankari on ”täydellinen” henkilö, joka tekee hyvin kaiken mitä yrittää. Hän tavoite on saada perhe näyttämään toimivalta paremmin, kuin mitä se todellisuudessa on. (Zastrow 2004, 278.)

Sisarukset jäävät usein päihdeperheessä huomiotta. He oireilevat, mutta vanhemmat eivät välttämättä huomaa heidän tarpeitaan. Muiden sisarusten pärjäämiseen uskotaan, sillä he eivät käytä päihteitä. Sisarukset muuttuvat näkymättömiksi sen vuoksi, että eivät aiheuttaisi enää lisähuolta vanhemmilleen. He voivat myös toimia eräänlaisina viestinviejinä päihteitä käyttävän sisaruksen ja vanhempien välillä. Vanhempien hädän määrää ei haluta lisätä kertomalla omista tai sisaruksen asioista. Sisaruksen päihteidenkäyttö aiheuttaa niin huolta, kuin syyllisyyttä, sillä sisarukset kokevat olevansa avuttomia. (Korhonen 2009, 113 – 115.)

Lapsella on päihdeperheessä erilaisia rooleja kuten; vastuunkantaja, syntipukki, näkymätön lapsi tai hassuttelija. **Vastuunkantajana** toimii yleensä vanhin lapsi. Hän ottaa vastuun kotona huolehtien muista perheenjäsenistä ja on lojaali vanhemmilleen. Toinen lapsista voi ottaa **syntipukin roolin**. Hän kärsii näkyvästi, sattuttaa usein itseään ja muita, sekä hänet nähdään usein syyllisenä kaikkeen. Syntipukki saa huomion pois päihdeongelmasta omalla käytöksellään. **Näkymätön lapsi** sopeutuu näennäisesti, on hiljainen ja huomaamaton. Hän vetäytyy omiin oloihinsa eikä saa huomiota muilta perheenjäseniltään. **Hassuttelija** käyttää huumoria selviytyäkseen erilaisista tilanteista. Hän hauskuuttaa muita, ja siksi näyttää usein iloiselta. Kaikille lapsille yhtenäistä on, että heidän roolien alle piiloutuvat todelliset tunteet, turvattomuus ja hätä. (Holmberg 2003, 15 – 16; Taitto 2002, 17 – 18.)

5 Erityisesti ISÄ – projekti

Erityisesti ISÄ – projekti on Kehittämiskeskus Tyynelän alainen projekti, joka on käynnistynyt vuonna 2013 ja jatkuu vuoden 2016 loppuun saakka. Kohderyhmänä ovat päihteitä käyttävät isät ja heidän lapsensa. Projektiin voivat osallistua kaikki isät, riippumatta päihteestä tai isä-lapsisuhteesta. (Ovaskainen, Tarkiainen, Hyp-pölä & Sutinen 2014, 2.) Projektin työntekijät työskentelevät isien kanssa heidän arjessa ja elinpiirissä. Kehittämiskeskus Tyynelän Erityisesti Isä -projekti kuuluu Lastensuojelun keskusliiton ja RAY:n yhteiseen Emma & Elias -avustusohjelmaan (Tyynelä).

Erityisesti ISÄ- projektin lähtökohtana on verkostoista noussut huoli päihteitä käyttävien isien isyydestä. Päihdeongelmaisten osalta isäkeskeinen puhe ja toiminta ovat olleet vähäisiä, vaikka isyyden puuttumisen vaikutukset tiedetään. Työskentelytapoina käytetään muun muassa jalkautuvaa työtettä, yksilötapaa-misia ja erilaisia ryhmiä. (Tuomainen 2013.)

Projektin päätavoitteena on vahvistaa päihteitä käyttävän isän osallisuutta isyyteen osana päihteidenkäytön vähentämistä. Osatavoitteina on muun muassa tukea päihteitä käyttävän isän osallisuutta vanhemmuuteen, tukea lasten osallisuutta isään erilaisissa perhemuodoissa, hyödyntää vertaistukea ja kokemusasiantuntijuutta sekä vahvistaa läheisten tietoa. Projektipaikkakuntia ovat Kuopio, Mikkeli, Jyväskylä sekä Pieksämäki- Varkaus. (Ovaskainen ym. 2014, 2.) Yhteistyökumppaneina on noin 30 alueellista toimijaa, kuten kuntien sote- yksiköt, lastensuojelun ja päihdetyön järjestöjä, seurakuntien diakonia- ja perhetyö sekä päihdepalveluiden säätiöitä. (Tuomainen 2013).

6 Toteutus, aineiston hankinta ja analysointi

6.1 Tutkimusasetelma

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, mikä merkitys läheisellä on päihteitä käyttävän isän arjessa ja millaista tukea isä on läheiseltään saanut. Lisäksi haluamme selvittää, mitä toiveita päihteitä käyttävillä isillä on tulevaisuuden suhteen, tai ovatko he jääneet kaipaamaan jotain läheisiltään. Tutkimuksen tarkoituksena on saada päihteitä käyttävältä isältä tietoa, kuinka läheinen voisi häntä auttaa niin isyydessä kuin päihteidenkäytön vähentämisessä. Tässä yhteydessä emme puhu päihdekuntoutuksesta tai päihteidenkäytön lopettamisesta, sillä haastatelluilta isiltä näitä ei vaadittu. Tutkimuskysymykset on tehty yhteistyössä Erityisesti Isä-projektin työntekijöiden kanssa, vastaamaan heidän tarpeisiin.

Tutkimuskysymyksiksemme muodostui

Mikä on läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa?

1. Millaista tukea päihteitä käyttävä isä on saanut läheiseltä omaan isyyteen?
2. Millaista tukea päihteitä käyttävä isä on saanut läheiseltä päihteiden käytön vähentämiseen?

Millaista tukea päihteitä käyttävä isä haluaa saada läheiseltä tulevaisuudessa?

6.2 Toteutus

Opinnäytetyö on laadullinen kvalitatiivinen tutkimus, jonka tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohdetta, tässä tapauksessa päihteitä käyttäviä isiä. Lähtökohdana on todellisen elämän kuvaaminen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tarkoituksena löytää tosiasioita, ei todentaa jo olemassa olevia väittämiä. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 1997, 161,181.)

Ominaista kvalitatiiviselle aineistolle on sen ilmaisullinen rikkaus, monitasoisuus ja kompleksisuus. Kvalitatiivinen aineisto on moniulotteista. Aineistoa ei kerätä tietynlaisessa tilanteessa, vaan aineisto muodostuu dokumentoiduista tilanteista. Haastattelussa ei kirjata vain vastauksia, vaan sanatarkasti myös haastattelijan kysymät kysymykset. Tämän vuoksi on tärkeää, että dokumentointi on tarkkaa ja yksityiskohtaista. Haastatteluja dokumentoidessa nauhuri on hyvä väline, mutta videokamera näyttäisi myös non-verbaalisen viestinnän. (Alasuutari 2007, 84 – 85.) Oma aineistomme muodostuu hankkeen työntekijöiden tekemistä haastatteluista, jotka litteroimme. Emme ole olleet itse havainnoimassa haastattelutilanteita, eikä käytössä ollut videokameraa.

Litterointitekniikasta riippuu, kuinka kvalitatiivinen haastatteluaineisto saadaan säilymään moniulotteisena. Keskustelun tutkimuksessa ollaan tarkkoja siitä, että kirjatussa tekstissä säilytetään murre, änkytys ja vajaat lauseet. Olennaista on, että aineistosta saadaan tutkimuksen kannalta tarpeellinen tieto muuttumattomana kirjattua. (Alasuutari 2007, 85 – 86.) Litteroidessamme haastatteluja saimme selvän isien kertomuksista, vaikka heillä oli erilainen murre, kuin meillä. Osa haastatteluista oli hyvin hiljaa puhuttuja, eikä ääntä meinannut kuulua. Myös taustalla kuulunut melu hankaloitti kuulemista.

Haastattelujen litterointi oli haastavaa, sillä emme olleet itse olleet paikalla, kun haastatteluja tehtiin. Jokaisen haastattelun litteroinnissa oli omat haasteensa, sillä

haastattelijoiden oma tyyli tuoda esiin kysymys ja johdatella keskustelua olivat hyvin erilaisia. Kysymyksiä oli myös muutettu omaan suuhun sopivaksi, jolloin varsinaisen kysymyksen merkitys saattoi kadota.

Opinnäytetyötä aloittaessamme tapasimme projektin kaikki työntekijät Jyväskylässä. Kerroimme heille ideasta ja pohdimme yhdessä kohderyhmään sopivia isiä. Sovimme, että projektin työntekijät valitsevat kaksi isää kultakin projektin paikkakunnalta, jotka olivat Jyväskylä, Kuopio, Mikkeli sekä Pieksämäki – Varkaus. Yhteistä kaikille isille tuli olla alaikäinen lapsi. Päädyimme tähän rajaukseen sen vuoksi, että halusimme varmistaa jokaiselta paikkakunnalta löytyvän haastateltavia isiä. Valikoiduille isille toimitimme projektin työntekijän mukana infotiedotteen (Liite 1), jossa kerroimme opinnäytetyöstä ja haastatteluista.

Aineistoksi muodostuivat projektissa mukana olevien isien kertomukset. Tarkoituksena oli saada kahdeksan haastattelua, kaksi kultakin paikkakunnalta, joissa projekti on käynnissä. Haastatteluja saatiin kuusi, sillä Mikkelistä ei saatu kahta haastattelua. Kahden haastattelun pois jäämisen syy ei tullut tietoomme. Yksi haastatteluista hylättiin kokonaan aineiston ulkopuolelle, sillä siinä ei ollut kysytty oleellisia kysymyksiä tutkimukseen liittyen ja osa tärkeistä kysymyksistä jäi kokonaan kysymättä. Näin ollen lopulliseksi aineistoksi saatiin viisi haastattelua.

Ennen haastatteluiden toteuttamista anoimme Tyynelän Erityisesti ISÄ-projektia hallinnoivalta Kehittämiskeskus Tyynelän johtajalta tutkimusluvan. Teimme teemahaastattelurungon apukysymyksineen projektintyöntekijöille. Projektin työntekijät haastattelivat isät touko – elokuun 2015 aikana. Haastattelut tehtiin isien kotona, työpaikoilla tai projektityöntekijöiden toimistotiloissa. Haastattelut äänitettiin ja työntekijät toimittivat äänitteet meille henkilökohtaisesti. Tämän jälkeen haastattelut litteroitiin eli kirjoitettiin ylös jokainen sana. Lyhin haastattelu kesti puolituntia ja pisin noin tunnin. Saimme litteroitua aineistoa yhteensä 38 A4-sivua.

Kaikilla haastatelluilla isillä päihteenä oli alkoholi. Neljä isää kertoi, että he ovat olleet päihteettöminä alle vuoden. Tätä ennen kaikilla oli ollut päihteiden ongelmallista käyttöä, minkä vuoksi he kuuluivat tutkimuksen kohderyhmään. Yksi haastatelluista oli tunnistanut ongelman, mutta käytti alkoholia edelleen, kun lapsi ei ollut hänellä.

6.3 Teemahaastatteluaineistot analyysin kohteena

Aineistonkeruu menetelmänä käytämme puolistrukturoitua teemahaastattelua. Teemahaastattelu on yleisin kvalitatiivisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmistä (Kananen 2010, 53). Teemahaastattelussa edetään etukäteen valittujen teemojen mukaan, tarvittaessa voidaan käyttää myös tarkentavia kysymyksiä. Teemahaastattelussa korostetaan ihmisten tulkintoja sekä vuorovaikutuksen merkitystä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Tutkimuksemme haastattelun teemoina ovat isyys ja päihteet. Kysymysrunko on liitteenä (Liite 2). Teimme kysymykset teemahaastattelua varten projektin työntekijöille valmiiksi. Jokaiselle annoimme lisäksi ohjeita kuinka haastattelu tulee suorittaa. Ohjeet annoimme suullisesti tavatessamme kaikkia projektin työntekijöitä Jyväskylässä keväällä 2015. Saatuaamme nauhurit, aloitimme haastatteluiden litteroinnin.

Aloimme tutkimuskysymys kerrallaan etsimään vastauksia aineistosta. Kävimme aineistoa lävitse kysymys kysymykseltä. Ensiksi kävimme lävitse ensimmäisen tutkimuskysymyksen (1. Millaista tukea päihteitä käyttävä isä on saanut läheiseltä omaan isyyteen?), ja kirjoitimme havaintojamme ylös. Kun olimme jokaisen kohdan käyneet erikseen lävitse, teimme taulukon (Liite3), johon nostimme tutkimuskysymyksissä olleet teemat. Nämä teemat olivat: päihteet, isyys, läheisen huoli

sekä läheiseltä saatu apu/tuki. Saatua aineistoa luimme useaan kertaan läpi ja etsimme sieltä vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Aineiston luokittelu on olennainen osa analyysia. Tämä antaa pohjan ja kehyksen jonka mukaan haastatteluaineistoa voidaan myöhemmin tulkita sekä yksinkertaistaa. Luokittelu on välttämätöntä, jos halutaan vertailla aineiston eri osia toisiinsa. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 147.) Litteroitua aineistoa analysoimme luokittelemalla teemat tutkimuskysymyksissä olevien teemojen mukaan. Alkuperäiset teemat olivat päihteet ja isyys, mutta aineistosta nostimme taulukkoon (Liite 3) myös läheisen huolen sekä läheiseltä saadun avun/tuen.

Yksinkertaisin aineiston analyysimuoto on laskeminen. Sillä tarkoitetaan sitä, kuinka monta kertaa tietty ilmiö esiintyy aineistossa (Mts. 172). Analysoimme aineistoa myös laskemalla, moniko isä vastasi samankaltaisesti kysymyksiin ja millaisia yhteneväisyyksiä ja eroja isien välillä oli. Esimerkiksi neljä viidestä isästä oli nykyään täysin raittiita, kaikilla oli ollut päihteenä alkoholi ja kaksi viidestä käytti antabusta riippuvuudesta eroon pääsemiseksi.

7 Tutkimustulokset

Läheiseksi aineistosta nousi ex-puoliso, äiti, isovanhemmat, sisarukset ja omat lapset. Luokittelun avulla analysoimme aineistosta isille merkitykselliset tuen tarpeet. Tuen tarpeiksi nousivat keskustelutuki, vertaistuki ja taloudellinen tuki. Lisäksi aineistosta nousi esiin isyyden tukeminen ja läheisen huoli. Näillä tuen tarpeilla on vaikutusta, kun puhutaan läheisen merkityksestä päihteitä käyttävän isän arjessa. Viimeisenä kohtana tuomme esiin päihteitä käyttävien isien tulevaisuuden toiveita. Millaista tukea päihteitä käyttävät isät haluavat läheiseltään tulevaisuudessa?

Tutkimuksessa olemme käyttäneet haastateltavien suoria lainauksia elävöittääksemme tekstin sisältöä. Olemme jakaneet haastattelut aakkosittain A – F. Tämä säilyttää myös haastateltujen anonymiteetin. Kirjaimet eivät ole kronologisessa järjestyksessä.

7.1 Tuen tarpeet

Keskustelutuki: Kaikki haastatellut isät kokivat saaneensa keskusteluapua läheisiltään. Isät myös kokivat keskusteluavun olleen yksi tärkeimmistä tuen muodoista päihteettömään elämään. Yllättävän moni isistä kertoi kaivanneensa keskustelua, ja heillä oli myös halu puhua asioistaan. Päihdekuntoutuksessa olleille keskustelu oli helpompaa, sillä siellä heitä kuunneltiin aidosti ja nähtiin ihminen ongelman takana. Keskustelutuki ammattihenkilön kanssa niin päihdekuntoutuksessa kuin Erityisesti ISÄ- projektissa koettiin tärkeänä.

"Ne ymmärtää paremmin mikä on se vaiva ja se lähestymistapaki ei oo nii syyttävä ja ne kannustavat"(E)

"Ammattilaisten kans hoidetaan ongelma, eikä sellaisten kanssa jotka ei niinkään tiiä siitä niin" (E)

Vaikka puhuminen on monille vaikeaa, ystävien kanssa keskustelu on olennainen voimavara. Ongelmat halutaan pitää itsellään, eikä niillä haluta rasittaa muita. Jotkut saattavat ajatella, että erilaisissa oloissa elävät ihmiset eivät ymmärrä läheisen päihteidenkäyttöön liittyviä kokemuksia. (Koski-Jännes 2004, 121 – 122.) Ehkä miehet eivät koe tarvetta, tai halua puhua ongelmistaan, henkilökohtaisista asioista puhumisen kun ei ajatella kuuluvan maskuliiniseen käyttäytymiseen (Itäpuisto & Grönfors 2004, 139 – 140).

"Niistä on hirvee apu ku muutaman sanan voi vaihtaa sen hoitajan kanssa jos huonoja päiviä on. se auttaa sitten ylleensä hirveesti ku tossa sitten käy ja istutaan sitten vähä pidempään ku se 5min."(C)

Läheiseltä tullut kannustava ja positiivinen palaute koettiin myös hyvänä asiana. Positiivinen palaute auttoi jatkamaan raitista elämäntapaa.

"Onhan se semmonen, et mä tunnen sen hirmu tukena. se tulloo esimerkiksi kyllään minun luokse. sisälle asti. ja kahvitki juo"(C)

Vertaistuki: tarkoituksena on saada tukea ja auttaa muita. Vertaistuellla on erilaisia muotoja kuten tukihenkilötoiminta, vertaistukiryhmät ja sopeutumisvalmennus. (Mikkonen 2009, 46 – 49; Kuusisto 2009, 38.) Tässä yhteydessä tarkoitamme vertaistukiryhmiä, joista isät ovat saaneet itsellensä apua.

Haastatteluista tuli ilmi, että kaksi isää kokevat vertaistuen merkitykselliseksi osaksi päihteidenkäytön vähentämisessä sekä isyyden tukemisessa. Vertaistuki mainittiin projektiin osallistumisena sekä ystävien kanssa keskusteluina.

”Joo tuota niin kyllä niinku sillä tavalla, et kaveripiirissä on ollu paljo niinku lapsia omaavia kavereita ja sit tietysti täällä ku on käyny saanu vähä pohdiskeltavaa ja pojalle virkistystä tai hyviä keskusteluja”(A)

Isille oli helpottava kokemus päästä juttelemaan kavereiden kanssa, joilla oli samankaltainen elämäntilanne. Isille on ollut helpotus tietää, että he eivät ole ongelmansa kanssa yksin, vaan on muitakin, joilla on samankaltaisia ongelmia.

Taloudellinen tuki: Haastatteluista isistä neljä nosti esiin rahallisen tuen saamisen. Läheinen oli lainannut tai antanut rahaa suoraan päihteitä käyttävälle isälle tai isä oli osoittanut laskuja läheiselle. Saamansa rahat isät käyttivät lastensa tavaroitten hankintoihin tai elämiseen. Kukaan isistä ei maininnut, että olisi käyttänyt saamansa rahat alkoholiin.

”Lähinnä ite halusin ne laskut veljelle lähettää, nii että varmasti ne tullee sit hoidettua. ei tuu sitä mielitekkoo sit, että nyt ku on tilillä sitä rahhaa, nii mä

ne laskut sitten käänsin ja että lähettääkö kaupalle, velihän se on oikeesti sit tukenu siinä”(C)

Taloudellisen tuen saaminen läheiseltä helpottui, kun luottamussuhde oli korjautunut päihteidenkäytön lopettamisen myötä.

”Kyllä se on merkki kanssa, että ku se on, että ku soittaa, että nyt olis raha tiukassa oisko muutama kymppi lainata, että sekin oli ennen mahdotonta, että ties kyllä että se ois menny alkoholiin, mutta nykyään tietää, että se ei siihen mene”(B)

”Ja se on ite tarjonnu sitä apua, mutta siinä oli just se, sen takiahan se nyt auttaa, ku se tietää että nyt pystyy ja uskaltaa auttaa, et se ei veä sitä kurkusta alas”(C)

Yksi isä oli jopa saanut asua siskonsa luona yli vuoden ajan, oman eronsa jälkeen. Tämä aika jonka isä asui siskonsa luona, oli ollut merkityksellinen niin sosiaalisen tuen, kuin taloudellisuudenkin kannalta. Isä ei ollut täysin päihteetön silloin, kun asui siskonsa luona, mutta siitä ei tullut ongelmia sisarusten välille.

”Et sielä omassa huoneessa tuli aina ettei siskoa häirinny, eikä siskokaan tullu sinne sillälaille tota määräälemään, että tota niinku sillälaille hyvin meni se aika”(A)

7.2 Isyyden merkitys

Kaikki haastatellut isät kokivat isyyden hyvänä asiana elämässään. Isyys on auttanut arjessa ja pakottanut ottamaan vastuuta omasta, sekä lapsen elämästä. Isyys nähdään voimavarana, jonka avulla raittiin elämän halutaan jatkuvan. Puolet haastatelluista isistä mainitsivat lapset tärkeimpänä läheisenä auttamaan päihteiden käytön vähentämisessä. Pelkästään lasten läsnäolo vaikutti päätökseen olla käyttämättä päihteitä. Kukaan äideistä ei ollut vienyt isiltä oikeutta nähdä lapsiansa, vaikka osalla äideistä olikin yksinhuoltajuus. Yksi isä, joka käytti edelleen päihteitä, ei kuitenkaan käyttänyt päihteitä silloin, kun lapset olivat hänellä.

Päihteitä käytävälle isälle isyyden rooli on tärkeä voimavara toipumisprosessissaan. Päihdekuntoutuksen aikana vanhemman ja lapsen suhteen rakentaminen ja eheyttäminen on mahdollista. Suhde voi toimia voimavarana lapselle ja aikuiselle. (Ruisniemi 2006, 178; 166.) Haastateltujen isien oma ajattelutapa ja näkökulma omasta isyydestä olivat muuttuneet positiivisempaan suuntaan päihteiden käytön vähentämisen myötä.

”Tsemppaa, että mulla on ne pojat” (C)

Kaikki raittiina olevat isät kokivat että isyys on muuttunut parempaan suuntaan päihteiden käytön lopettamisen myötä. Heidän jaksaminen ja energisyys on parantunut. Isät kantavat myös enemmän vastuuta arkisista asioista, eivätkä enää peru sovittuja asioita päihteiden käytön vuoksi.

"Joo kyllä tää on tota niin suurin asia elämässä tietysti tulla isäks. On se ollu sellast niinku jokapäivästä uutta ja paljon on heränny niinku ajatuksia, ja ei oo välttämättä ehkä osannu miettiä ennemmin, ja et kyl se on muuttanu paljo ja se on ollu niinku ähh mahtavin asia ja samalla sit huomaa et tietysti paljon sitä vastuuta ja sitä kaikennäköstä ajatuksia, mikä on sitte tota niin että tällä hetkellä niinku sanotaan näin, että ku mä yritän, koetan paremmaksi isäksi tulla, että huomaa kumminki omia heikkouksia on ja tota niinniin samalla sitten myös vahvuuksia että niinku kummatki puolet semmosta niinku et on kasvamisen aikaa niin sanotusti."(A)

7.3 Läheisen huoli

Isät mainitsivat useita henkilöitä läheisikseen, jotka ovat tukeneet heitä päihdeidenkäytön vähentämisessä sekä isyydessä. Kolme viidestä isästä mainitsi läheisemmäkseen oman äitinsä. Kaksi isää mainitsi puolestaan oman sisaruksensa lähimmäisekseen ja kolme isää mainitsi tärkeimmäksi läheiseksi omat lapsensa. Lisäksi kolme isää mainitsi yhdeksi läheisekseen oman ex-puolionsa. Kukaan isistä ei maininnut läheisekseen omaa isäänsä.

Useassa haastattelussa kävi ilmi, että päihdeongelmainen isä ei itse ollut huomannut kuinka suuri huoli hänen läheisillään hänestä oli. Läheiset olivat huomanneet päihdeongelman, ja uskaltaneet ottaa asian puheeksi. Puhumisen ansiosta kaksi isää ymmärsi oman tilanteensa, ja lähti päihdekuntoutukseen läheisensä kehottamana.

"Sitä ei silleen niinku ite juo nii ei tajua että ku luulee että ei siitä oo haittaa kenellekkää muulle ku itelle. Et kuinka suuri se äitin suru on ollu siinä"(B)

"Mä oon kattonu et se on mun ongelma, että nyt sitten näin jälkeenpäin ku miettii niinku äitin kanssa käytiin joskus siellä A-klinikalla, äiti puhkes itkuun ja minä ihmettelin että mitä se siinä itkee että eihän sillä mitään oo"(B)

Yksi isä oli kuitenkin sitä mieltä, että hän on itse ollut paras tuki ja auttaja itselensä. Isä koki, että kukaan läheinen ei pystyt antamaan tarvittavaa tukea, ellei tahto päihteettömään elämään lähde itsestä.

"Vähä itsekkäästi sanon jopa, että minä ite... Kyl se niin syvältä on minusta lähteny tämä juttu, et mä melkeen joudun pitämään itteni siinä"(D)

Päihteidenkäyttö aiheutti luottamuspulaa ja välirikkoja isän ja läheisien välille. Kuitenkin päihteidenkäytön vähentymisen myötä luottamus ja välirikot saatiin korjattua. Kukaan läheisistä ei hylännyt päihteitä käyttävää isää välirikoista huolimatta, vaan pysyi tämän elämässä tukien ja kannustaen.

"Miten mukava sä isi oot, ku sä et enää juo"(D)

"On se mukava että ku et läträä sillä viinalla, että ku et ryyppää, nii oot iha eri ihminen"(C)

Läheisen on vaikea kertoa omasta huolestaan päihteitä käyttävälle isälle. Loukkaantumisen pelko estää asioiden puheeksi ottamisen. Läheiset pelkäävät luottamuspulaa ja ristiriitoja. Puhumattomuus on kuitenkin usein syy näiden ongelmien syntyyn. Puhuminen ja kuunteleminen auttavat näkemään tilanteet toisen ihmisen kannalta. Kukaan ei rikkoonnu puhumisesta, keskustelusta tai avoimista suorista kysymyksistä. Puhuminen helpottaa jokaisen oloa ja vastaukset saattavat olla rakentavia. (Korhonen 2009, 119 – 121.)

"Tota voi sanoo, että 10kk sitten ei puhuttu, mutta nytten sitte jo puhutaan"(B)

7.4 Tulevaisuuden näkymät

Kaikilla haastatelluilla isillä oli hyvät suhteet läheiseen. Tulevaisuudelta isät toivoivat samanlaista tukea, kuin mitä he olivat saaneet; kannustusta, myönteistä palautetta, positiivisia tunteita ja yhdessäoloa. Yksi isä mainitsi myös negatiivisen palautteen, sillä hän koki että nykyisin hän on kykenevä sitä vastaanottamaan.

"No ihan samanlaista ku nytte. Pysyis tälläsena. Ku on pystyny ottaa myös sitä negatiivista palautetta vastaan nii se on ku veljelläkki voi olla että se ei uskalla oikeen kaikkee minulle sannoo ni oon kyllä sanonu hänelle, että jos joku asia hiertää, että sanoo, etten mie siitä luuria lyö korvaan että kyllä mie kuuntelen."(C)

Läheiseltä kaivattiin myös konkreettista apua kuten lastenhoitoa. Yksi isä toivoi että läheinen antaisi mahdollisuuden hänen mahdolliselle uudelle kumppanilleen.

"No kyllä se on varmasti ennemminki se hyvät välit ja vuorovaikutussuhteet ja mummolta se apu yh-elämään. Se on se tuki, mitä eniten tarviin, se on sitä konkreettista apua"(D)

Tulevaisuudessa isät halusivat olla raittiita ja parempia isiä lapsilleen. Isät kertoivat myös halunsa olla omalle lapselleen parempi isä, kuin millainen isä-poikasuhde heillä on omassa lapsuudessaan ollut. Halmen (2009) tutkimuksen mukaan isän liiallinen alkoholin käyttö vähentää isän ja lapsen yhteistä aikaa ja yhdessä tekemistä. Tämän lisäksi yhteisen ajan ja tekemisen puuttuminen heikentää yhdessäolon nauttimisesta sekä ristiriitatilanteiden hallinnasta. (Mts. 102.)

"Autan heitä ja huolehin ja sitte ennenkaikkea tulevaisuudessa nii tuun oleen raitis isä"(C)

”Isä kerran sano mulle, että lopeta se juominen, ja oo poikas kanssa enemmän. Josta minä suutuin ihan älyttömästi. Minä suutuin sille, koska isä oli työnarkomaani, että missäs sinä olit, kun minä olin pieni? Sinä olit töissä vaan.” (B)

7.5 Johtopäätökset

Läheisellä on suuri merkitys päihteitä käyttävälle isälle. Moni isä mainitsi lapset tärkeimmäksi läheisekseen. Kolme isistä mainitsi yhdeksi läheisekseen ex-puolisonsa. Läheinen voi olla ratkaisevassa asemassa ongelman ymmärtämisen ja hoitoon hakeutumisen kannalta. Lisäksi läheinen; äiti, sisarus, oma lapsi tai ex-puoliso, oli henkilö, joka pysyi haastateltujen isien elämässä, eikä lähtenyt päihdeongelman aikana heidän elämästään kokonaan pois. Läheinen oli isän tukena päihdekuntoutuksen aikana ja sen jälkeen.

Mikäli isän ja hänen läheisensä välit olivat olleet huonot päihteidenkäytön aikana, olivat ne parantuneet huomattavasti sen jälkeen, kun isä oli raitistunut. Myös luottamussuhde kasvoi raitistumisen myötä. Aineistosta huomasimme, että kukaan isistä ei maininnut omaa isäänsä lähimmäiseksi henkilöksi. Yhtenäistä kaikille isille oli se, että vaikka lapset eivät asuneet heidän luonaan, tai edes samalla paikkakunnalla, he olivat silti isien elämässä mukana ja suuri voimavara isille. Lapsien äidit eivät olleet vieneet isiltä oikeutta nähdä lapsiansa, vaikka osalla olikin yksinhuoltajuus. Tästä isät olivat erittäin kiitollisia.

Isien tukeminen läheisen näkökulmasta on tärkeää. Sanerin ym. (2015) mukaan isät tarvitsevat tukea oman vanhemmuuden sekä omien tunteiden käsittelyyn. Hyvän tuen edellytyksenä on se, että isyyttä sekä lapsen ja isän keskinäistä suhdetta ymmärretään. Yhteiskunnallisessa keskustelussa on tuotava laajemmin esiin isyy-

teen liittyvät tunteet ja toiminnallisuus, tällöin isyyden merkitys selkiytyy ja vahvistuu.(Mts.) Yksi haastatelluista isistä koki, että hän ei ole saanut minkäänlaista tukea omaan isyyteen, sillä isyyden tukeminen on jäänyt äitiyden varjoon esimerkiksi neuvoloissa.

Tukeminen isyydessä edesauttaa isien hyvinvointia ja täydentää koko perheen kanssa tehtävää työtä. Vaikka isyyden tukeminen on yksilöllistä, on koko perhe nähtävä yhtenä kokonaisuutena. Kun perheen kaikki jäsenet ovat hyvässä suhteessa keskenään, koko perhe voi hyvin. Oma rooli ja aseman selkeys ovat edellytyksiä kokonaisuuden hahmottamiselle. Työskentelyssä isien kanssa isät saavat oppeja perheen keskinäiseen vuorovaikutussuhteeseen. Tämän lisäksi isät voivat myös paremmin kertoa omasta vanhemmuudestaan ja siitä, mikä tukee häntä vanhemmuudessa perheen keskuudessa. (Saneri ym. 2015.)

Päihdeongelmaisen läheisen asemaan sisältyy kaksoisrooli: Läheinen on itse avun tarvitsija, mutta hänet nähdään myös tärkeänä tukena päihdeongelmaisen hoidolle. Tutkimukset (Meyers ym. 2002) osoittavat, että läheisten tuki edesauttaa päihdeongelmasta toipumista. Läheisten näkeminen päihdeongelmaisen auttajana on läheisen kannalta sekä hyvä, että huono asia. On läheisen etu, että päihteidenkäyttö saadaan hallintaan, mutta on tärkeää muistaa, että myös läheiset itse kaipaavat apua. (Itäpuisto & Selin 2013, 143.)

Tuloksista ilmeni, että keskustelutuki oli päihteitä käyttäville isille tärkeää. Kiurun (2003) tutkimuksessa on selvitetty lasten kokemuksia alkoholistiperheessä kasvamisesta, selviytymisestä ja tuesta. Tutkimuksen mukaan läheiseltä ja suvulta saatu tuki koettiin tärkeäksi. Tärkein tukimuoto oli kuunteleminen. (Kiuru 2003, 52; 55.) Tämä tukimuoto nousi esiin myös meidän aineistostamme.

Yksi tuen muoto, joka tutkimuksessamme nousi esille, oli vertaistuki. Lappalainen-Lehtosen, Romusen & Taskisen (2007) mukaan vertaistukiryhmässä henkilö kokee itsensä tasavertaiseksi ja hyväksytyksi. Ryhmän tuki antaa kokemuksen, että ongelman kanssa ei ole yksin. Muiden ryhmäläisten kokemukset selviytymisestä

antavat toivoa ja uskoa omaankin selviytymiseen. Kokemus siitä, että voi itse auttaa muita kohottaa itsetuntoa ja lisää tunnetta omasta elämänhallinnasta. (Mts. 222.) Haastateltujen isien mukaan keskustelut samassa tilanteessa olevien ystävien kanssa koettiin merkityksellisiksi, vaikka varsinaisesta vertaistukiryhmästä tässä ei ollut kysymys. Näin isät saivat jakaa ajatuksiaan ja tuntemuksiaan ihmisen kanssa, joka on kokenut saman.

Holmilan (1997) tutkimuksessa päihteidenkäyttäjien läheiset mainitsivat taloudelliset ongelmat yhdeksi ongelmista, joita alkoholin suurkulutus aiheuttaa. Ravintoloissa nautittu alkoholi on kallista, ja siihen saattaa liittyä muille tarjoamista, taksimatkoja sekä vahingossa hukattua rahaa. Alkoholinkäyttäjän työkyvyn heikentyessä talousongelmat muuttuvat vakaviksi. (Mts. 171.) Aineistosta ei noussut esiin sitä, mistä muualta, kuin läheiseltään isät saivat rahaa, tai kuinka paljon rahaa kului päihteisiin. Läheiseltä saatu taloudellinen tuki koettiin tärkeäksi, sillä sen avulla isät pystyivät huolehtimaan perus elinolosuhteistaan ja tarjoamaan lapsilleen riittävät tarvikkeet ja ravinnon.

8 Pohdinta

Tavoitteena meillä oli tässä opinnäytetyössä selvittää mikä on läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa, millaista tukea isä on saanut päihteidenkäytön vähentämiseen ja isyyteen sekä millaista tukea isä toivoisi tulevaisuudessa saavansa? Tuloksiksi saimme sen, että läheisellä on suuri merkitys päihteitä käyttävälle isälle sekä tuen samankaltaisuuden tärkeys tulee tutkimuksessa ilmi selkeästi viidellä haastatellulla isällä. Läheinen voi auttaa isää niin päihteidenkäytön vähentämisessä kuin isyydessä. Koski-Jänneksen (2004, 123) mukaan omaisten ja ystävien tuki, sekä hyvät perhesuhteet ovat suureksi avuksi päihteitä käyttävälle, mikäli hän itse haluaa muutosta tilanteeseensa. Ystävien avulla päihteiden käyttäjä voi löytää päihteettömiä vapaa-ajan viettomuotoja. Läheiset voivat myös seurata esimerkiksi antabus lääkkeen käyttöä, he voivat tarkistaa, että lääke on muistettu ottaa. (Koski-Jännes 2004, 123.) Tutkimuksessa kaksi isää käytti antabuslääkitystä, mutta ei maininnut, autoiko läheinen sen käyttämisessä. Nämä isät kertoivat syövänsä lääkettä säännöllisesti, jonka vuoksi heidän ei ole tehnyt mieli alkoholia. He eivät maininneet sitä, että heiltä olisi jäänyt lääkkeitä ottamatta, johon läheinen olisi puuttunut.

Tutkimuksessaan Tienvieri (2011, 48; 63) on tutkinut miten miesasiakkaat kokevat tulleen kohdatuiksi isinä ja vanhempina asiakastyössä sosiaalityöntekijän kanssa. Tutkimuksen mukaan osa isistä koki tulleen kohdatuksi, osa ei. Isät kokivat, että heitä kuullaan, mutta isyyttä ei tueta riittävästi. Riittävällä taloudellisella tuella nähtiin olevan suuri merkitys isänä olemisessa. (Mts.) Myös meidän tutkimuksessa tulee ilmi isyyden tuen puuttuminen ammattilaisten taholta. Isät kaipaavat tukea varhaisessa vaiheessa, jota saisi esimerkiksi neuvolasta äidin odottaessa lasta. Tutkimuksessamme korostettiin lisäksi läheisen merkitystä taloudellisen tuen antajana.

Kosonen kertoo artikkelissa (2011) tutkimuksestaan päihdeisien kokemuksia päihdeongelmasta ja suhteesta lapsiin. Artikkelissa Kosonen tuo esiin päihdeisien tarinoiden keräämisen ja tutkimisen tärkeyden. Tärkeää olisi saada isät, jotka eivät ole hakeutuneet hoitoon päihdeongelman vuoksi pohtimaan vanhemmuuttaan. Kosonen näkee päihdeisien omien tarinoiden kertomisella olevan voimaantava ja vapauttava merkitys sekä isälle että lapselle. (Mts.) Meidän tekemästä tutkimuksesta löytyi paljon yhteneväisyyttä Kososen tutkimuksen kanssa. Isien tarinat olivat erittäin koskettavia, eikä niistä ollut helppo kertoa. Mielestämme tutkimus, jonka teimme, oli tarpeellinen, sillä saimme isät puhumaan omista ajatuksistaan ja pohtimaan omaa isyyttään.

Osalla isistä oli ollut huono isä-poikasuhde omassa lapsuudessaan. Taustalla tähän oli alkoholin käyttö, sekä liiallista työelämään paneutumista. Isät kokivat tämän vaikuttavan omaan elämäänsä vielä tänäkin päivänä ja puheesta oli tulkittavissa jonkin asteinen katkeruus. Isät eivät kuitenkaan suoraan kertoneet, ajattelevatko he, että huono isä-poikasuhde olisi syy siihen, että he ovat alkaneet käyttämään päihteitä. Itäpuiston ja Grönforsin (2004, 150) artikkelissa Isä, poika ja pullonhenki tarkastellaan alkoholisti-isän ja pojan välistä suhdetta. Artikkelin mukaan motiivina sille, että alkoholiongelma ei periydy, on se, että oma lapsi ei joudu kokemaan samaa, kuin mitä alkoholiongelmaisen lapsi on itse joutunut kokemaan. (Mts. 150.)

Jatkotutkimusmahdollisuuksia on useita. Esimerkiksi läheisen merkitystä päihteitä käyttävälle isälle voidaan tutkia myös läheisen roolin kautta. Onko läheinen päihteitä käyttävälle isälle vanhempi, sisarus tai puoliso? Myös haastateltavien isien kriteerejä voisi tiukentaa koskien lapsien ikää tai huoltajuussuhdetta. Erityisesti nuorten vanhempien tuen merkitystä tulisi tutkia. Jatkotutkimuksena opinäytetyön kaltaisen tutkimuksen voisi tehdä suuremmalle kohderyhmälle.

Tulimme myös tulokseen, että olisi tärkeää saada enemmän tietoutta isyydestä ja sen tukemisesta myös kouluissa ja koulutuksissa. Esimerkiksi sosionomikoulutus, jota itse opiskelemme, ei juurikaan tarjoa kursseja, jotka käsittelisivät miestyötä

tai isyyttä. Sukupuolisensitiivisyyttä ei myöskään tarjota sosionomikoulutuksessa. Tämä olisi myös kehitysidea kouluihin.

8.1 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuteen liittyvät aineiston laatu, aineiston analyysi, tulosten esittäminen ja tutkija itse. Aineistosta saatu tieto on riippuvainen tutkijan kykyyn tavoittaa tutkittava ilmiö. (Janhonen & Nikkonen 2001, 36). Laadullisessa tutkimuksessa yhtenä luotettavuuskriteerinä pidetään dokumentaatiota. Kaikki ratkaisut ja valinnat tutkimuksen eri vaiheessa tulee perustella. (Kananen 2010, 69).

Valitsemamme aihe ei ollut kummallekaan liian tunnepitoinen asia. Kummankaan lähipiirissä ei ole ongelmallisesti päihteitä käyttäviä, joten tämä aihe ei tule liian arkaluontoiseksi koskien omaa elämäämme. Emme myöskään tunteneet haastateltavia isiä, joten henkilökohtaiset tunteet ja ajatukset eivät vaikuta tutkimuksen tuloksiin. Oli helppo olla tuomitsematta kenenkään isän ajatuksia päihteiden käytöstä, sillä aihe ei koskettanut meitä henkilökohtaisesti.

Haastatteluvaiheessa oli tarkoituksena saada kaksi haastattelua jokaiselta paikkakunnalta, jossa Erityisesti ISÄ - projekti on käynnissä. Mikkelistä jäi kaksi haastattelua tekemättä, mutta tämän syy ei ole tullut meidän tietoisuuteen. Päätimme yhdessä projektin työntekijöiden kanssa, että ei lähdetä etsimällä etsimään uusia haastateltavia isiä, sillä tutkimuksen eettisyyden kannalta haastateltavien vapaaehtoisuus on tärkeää. Aikataulullisesti tässä tilanteessa uusien isien löytäminen olisi ollut haastavaa ja isillä ei olisi ollut aikaa miettiä lähtevätkö he mukaan tähän tutkimukseen. Lisäksi yksi haastatteluista hylättiin kokonaan aineiston ulkopuolelle, sillä sen sisältö ei ollut tutkimukselle oleellinen.

Valmiiden haastatteluiden litterointi oli haastavaa, sillä jokaisella haastattelijalla oli oma tyylinsä haastatella. Haastattelutilanteesta jäi näkemättä haastateltavan olemus, tunnetilat ja non-verbaalinen viestintä. Kysymykset oli kysytty hankalasti ja päällekkäin puhumista oli jonkun verran. Kysymyksen epäselvän artikulaation vuoksi oli hankalaa löytää varsinaista kysymystä tai itse vastausta.

Teimme opinnäytetyön kahdestaan, joten se itsessään jo lisää luotettavuutta. Olemme voineet jakaa kokemuksia ja ajatuksia keskenämme koko prosessin ajan. Esimerkiksi litterointivaiheessa toinen saattoi käsittää jonkun asian eri tavalla kuin toinen, ja näin pääsimme yhdessä vaihtamaan ajatuksia. Mikäli opinnäytetyön tekisi yksin, olisi ajatus ja ymmärrys vain yhden ihmisen varassa, jolloin luotettavuus ei olisi niin suuri.

Olemme käyttäneet opinnäytetyössä haastateltujen isien suoria lainauksia elävöittämään tekstiä. Sitaatteja ei ole valittu tasapuolisesti, koska osa isistä tuotti enemmän puhetta kuin toiset. Analysointivaiheessa huomasimme, että yksi isistä (C) tuotti eniten vapaamuotoista puhetta, josta saimme hyvin lainattua sitaatteja opinnäytetyöhön. Toiset isistä vastasivat vain suoraan kysytyyn kysymykseen, eivätkä juurikaan tuottaneet ylimääräistä puhetta.

8.2 Opinnäytetyön eettisyys

Laadullisen tutkimuksen eettisiin periaatteisiin kuuluu haastateltavan vapaaehtoisuus, henkilöllisyyden suojaaminen sekä luottamuksellisuus. (Janhonen & Nikkonen 2001, 39). Tutkimukseen osallistuminen oli isille vapaaehtoista. Nauhurit, joissa äänitteet olivat, säilytimme paikassa, josta ulkopuoliset eivät niitä löytäisi. Heti litteroinnin jälkeen poistimme haastattelun äänitteet nauhureista. Litteroinnit tuhosimme tietosuojajätteen mukana opinnäytetyön valmistuttua.

Isyys ja päihteiden käyttö ovat arkoja aiheita, käsitellään niitä sitten yhdessä tai erikseen. Tarkoituksena oli saada päihteitä käyttävien isien oma ääni kuuluviin mahdollisimman hyvin. Tämän vuoksi päätimme, että isille tutut työntekijät tekevät kaikki haastattelut. Tähän ratkaisuun tulimme myös siksi, että tutuille työntekijöille puhuminen on helpompaa, koska jonkin asteinen luottamus on voinut heidän välilleen jo syntyä. Mikäli me olisimme tehneet haastattelut, olisi isien rehellinen tuotos aiheesta jäänyt vähäisemmäksi sen vuoksi, että meillä ei ole luottamussuhdetta heihin. Tällöin ei myöskään haastateltavien välille tule erilaisuutta, mitä voisi tulla, jos olisimme tehneet osan haastatteluista. Nauhoitusten henkilökohtaisella toimittamisella varmistimme, että haastattelut eivät päädy vääriin käsiin tai katoa. Litteroinnin jälkeen poistimme äänitteet nauhurista. Haastateltavien henkilöllisyys pysyy salattuna koko prosessin ajan, koska haastatteluissa ei käytetty nimiä ja meillä on vaitiolovelvollisuus.

Haastattelukysymyksiä tehdessä pohdimme, tuleeko meidän tietää päihde, jota isät käyttävät. Läheisen suhtautumiseen vaikuttaa, onko kyseessä alkoholi vai laiton huume. Halusimme haastattelutilanteen olevan mukava ja rento haastateltaville mitä se ei varmasti olisi, mikäli heidän tulisi kertoa mitä he ovat käyttäneet. Litteroidessa haastatteluja kävi kuitenkin ilmi, että jokaisen isän päihteenä oli alkoholi. Isät toivat itse tämän rehellisesti esille, vaikka emme olleet ajatelleet, että saisimme tietoon käytettävän päihteen.

8.3 Omat oppimiskokemukset

Käsitteinä päihdeongelma ja isyys olivat meille suhteellisen tuntemattomia termejä ennen opinnäytetyön aloitusta. Teoreettista viitekehystä kirjoittaessamme opimme paljon uutta molemmista aiheista. Molemmat olimme kuulleet aiemmin Al-anon ryhmästä, mutta emme olleet siihen sen enempää perehtyneet. CRAFT-menetelmä oli puolestaan täysin uusi tieto molemmille. Ymmärrys siitä, millainen

merkitys läheisellä oikeasti on päihteitä käyttävään isään, sai uutta näkökulmaa. Perehtyminen isyyden muutokseen auttoi meitä ymmärtämään paremmin nykypäivän perhepolitiikkaa. Vanhemmuus on nykyään tasa-arvoisempaa ja myös isillä on mahdollisuus perhevapaisiin.

Päätös siitä, että emme itse haastattele isiä vaikutti opinnäytetyön tekemiseen. Olimme oppineet enemmän, mikäli olisimme tehneet haastattelut itse ja kohdanneet isät kasvotusten. Haastattelutilanteessa olisi voinut tulla uusia näkökulmia ja lisäkysymyksiä. Kuitenkin resurssien puutteen vuoksi päädyimme valmiiseen aineistoon. Toimeksiantajan toiveesta haastattelut oli tehtävä jokaisella paikkakunnalla, ei vain Jyväskylässä. Näin ollen meillä ei ollut mahdollisuutta matkustella haastattelujen perässä ympäri Suomea.

Kaikesta huolimatta olimme tyytyväisiä saamaamme aineistoon. Isät tuottivat paljon puhetta, toisin kuin aluksi ajattelimme. Meille jäi myös tunne, että isillä oli tarve puhua ja että tästä oli hyötyä myös heille. Isien kertomukset olivat koskettavia ja opettavaisia.

Vahvuutenamme koko opinnäytetyö-prosessin ajan oli kiinnostus aihetta kohtaan. Mielenkiinto aiheeseen ylläpiti motivaatiota tehdä tätä opinnäytetyötä. Mielenkiinto opinnäytetyön aihetta kohtaan säilyi aina aloituksesta loppuun asti.

Lähteet

- Ackerman, R. 1992. Lapsuus lasin varjossa. Lapsi alkoholiperheessä. A-klinikkasäätiö. Helsinki: VAPK-kustannus.
- Ahlström, S. 2013. Alkoholinkäyttö eri väestöryhmissä. Teoksessa: Peltoniemi, T. (toim.) Pääasiana alkoholi – käyttö, haitat, hoito, politiikka, nyt ja 2040. Helsinki: Lundbeck Ab. 69 – 73.
- Al-Anon. Vertaistukea alkoholistin läheiselle. 2007. Viitattu 9.11.2015. Saatavana: http://www.al-anon.fi/al_anon
- Alasuutari, P. 2007. Laadullinen tutkimus. 3p. Tampere: Vastapaino.
- Haavio-Mannila. 2003. Esipuhe. Teoksessa: Holmila & Kantola. (toim.) Pullonkauloja – kirjoituksia alkoholistin läheisistä. Jyväskylä: Gummerrus.
- Halme, N. 2009. Isän ja leikki-ikäisen lapsen yhdessäolo. Helsinki: THL. Viitattu: 3.11.2015. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66490/978-951-44-7794-2.pdf?sequence=1>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu – teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.
- Holmberg, T. 2003. Lapset ja vanhempien päihdeongelma. Helsinki: Lasten Keskus.
- Holmila, M. 1997. Perhe ja muut läheiset. Teoksessa: Holmila, M. (toim.) Yhteisö ja interventio. Stakes. 167 – 184.
- Holmila, M. 2003. Läheisen ratkaisut. Teoksessa: Holmila, M. & Kantola, J. (toim.) Pullonkauloja – Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Jyväskylä: Gummerrus.
- Huttunen, J. 2013. Alkoholi terveysriskinä. Teoksessa: Peltoniemi, T. (toim.) Pääasiana alkoholi – käyttö, haitat, hoito, politiikka, nyt ja 2040. Helsinki: Lundbeck Ab. 11- 16.

Huttunen, J. 1999. Muuttunut ja muuttuva isyys. Teoksessa: Jokinen, A. (toim.) Mies ja muutos. Tampere: University Press. 169 – 193.

Hänninen, V. 2004. Omaiskertomusten opettamaa. Teoksessa: Koski-Jännes, A & Hänninen, V. (toim.) Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Kirjapaja. 104 - 113

Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat. Helsinki: Kirjapaja.

Itäpuisto, M. & Grönfors, M. 2004. Isä, poika ja pullonhenki. Teoksessa: Hänninen, V. & Ylijoki, O-H. (toim.) Muuttuuko ihminen? Tampere: Tampereen Yliopisto. 137 – 154.

Itäpuisto, M. & Selin, J. 2013. Miten palvelut vastaavat päihteidenkäyttäjän läheisten avuntarpeisiin? Teoksessa: Warpenius, K., Holmila, M. & Tigerstedt, C. (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat – läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. THL. 138 – 145.

Itäpuisto, M. & Taitto, A. 2010. LAPSI ja vanhempien alkoholinkäyttö – Opas varhaiskasvatukseen työntekijöille. Viitattu 10.11.2015. http://www.lasinenlap-suus.fi/sites/default/files/pdf/lapsi_ja_vanhempien_alkoholinkaytto_-_opas_varhaiskasvatukseen_tyontekijoille.pdf

Janhonen, S & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jamk.

Kiuru, H. 2003. Kokemus alkoholiperheessä kasvamisesta, selviytymisestä ja tuesta. Tampereen Yliopisto: Hoitotieteen laitos. Pro – gradu tutkielma. Viitattu 4.11.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/91362/gradu00289.pdf?sequence=1>

Kolehmainen, J. 2004. Osallistuva isä – muuttunut mies. Teoksessa: Aalto, I & Kolehmainen, J. (toim.) Isäkirja. Tampere: Vastapaino. 89 – 108.

Kolehmainen, J. & Aalto, I. 2004. Johdanto isyyksien tutkimiseen. Teoksessa: Aalto, I & Kolehmainen, J. (toim.) Isäkirja. Tampere: Vastapaino. 9 – 25.

Korhonen, U. 2009. Irti riippuvuudesta – Muutetut tunteet, muutettu minä. Helsinki: Delfiini Kirjat.

Koski-Jännes, A. 2004. Mikä avuksi? – toimivia vaihtoehtoja läheisille. Teoksessa: Koski-Jännes & Hänninen. (toim.) Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Kirjapaja. 114 – 128.

Koski-Jännes, A. 1998. Miten riippuvuus voitetaan? Helsinki: Otava.

Koski-Jännes, A. & Hänninen, V. 2004. Aluksi. Teoksessa: Koski-Jännes, A & Hänninen, V. (toim.) Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Kirjapaja.

Koski-Jännes, A., Riittinen, L. & Saarnio, P. 2008. Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Helsinki: Tammi.

Kosonen, U. 2011. Päihdeongelmaisten miesten tarinoita isyydestä. Viitattu 6.11.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102858/kosonen.pdf?sequence=1>

Kuusisto, K. 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa: Tammi, T, Aalto, M & Koski-Jännes, A. (toim.) Irti päihdeongelmista. Helsinki: Edita. 32 – 48.

L 13.4.2007/417. Lastensuojelulaki. Viitattu 10.11.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

L 17.1.1986/41. Päihdehuoltolaki. Viitattu 3.11.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

L 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki. Viitattu 3.11.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>

Lappalainen-Lehto, R., Romu M-L & Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteet. Helsinki: WSOY.

Leskinen, M. 1999. Koukussa lapseen – irti koukusta. Riippuvuus perheen näkökulmasta. Helsinki: Kirjayhtymä.

Mikkonen, I. 2009. Sairastuneen vertaistuki. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Mykkänen, J. & Huttunen, J. 2008. Isäksi tulon tunteet. Teoksessa: Sevón, E. & Notko, M. (toim.) Perhesuhteet puntarissa. Helsinki: Palmenia. 169 – 187.

Mäkelä, R. 2013. Addiktiokäsitteen kehitysvaiheita. Teoksessa: Peltoniemi, T. (toim.) Pääasiana alkoholi. Käytöt, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Helsinki: Lundbeck. 199 – 124.

Oulasmaa, M. & Saloheimo, A. Stereotyyppiset isäkuvat. Teoksessa: Jämsä, J. & Kalliomaa, S. (toim.) Isyyden kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto.

Ovaskainen, K., Tarkiainen, K., Hyppölä, J., & Sutinen, I. 2014. Alkukartoitusraportti Erityisesti Isä-projekti. Viitattu 5.5.2015. <http://www.tyynela.fi/62-erityisesti-isa-materiaalit>.

Pirskanen, H. 2011. Alkoholi, isyys ja valta – ongelmajuovat isät miesten elämäntarinoissa. Väestöliitto: Helsinki.

Päihdelinkki. Alkoholi – Mitä se on? Viitattu 6.11.2015. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/alkoholi>

Rankinen, M. Isyyden peilit. Teoksessa: Jämsä, J. & Kalliomaa, S. (toim.) Isyyden kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto.

Ruisniemi, A. 2006. Vanhemmuus päihderiippuvuudesta toipumisen voimavarana. Teoksessa: Nätkin, R. (toim.) Pullo, pillerit ja perhe – vanhemmuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS- Kustannus. 165 – 188.

Saneri, I, Tikka, T. & Peitsalo, P. 2015. Nykyaikainen isyys kuulluksi, näkyväksi ja osallistuvaksi. Miessakit ry 3.3.2015. Viitattu 20.10.2015. http://www.miessakit.fi/fi/miessakit_20-vuotta/juhlavuoden_artikkelisarja/?itemid=6968&a=vie-wItem

Sariola, S. 2006. Joku jota rakastaa ja josta huolehtia. Teoksessa: Nätkin, R. (toim.) Pullo, pillerit ja perhe – vanhemmuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS-kustannus. 137 – 164.

Taitto, A. 2002 Huomaa lapsi – päihdeongelma perheessä. Helsinki: Lasten Keskus.

Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. 2014. Päihderiippuvuus. 13.10.2014. THL. Viitattu 20.10.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshai-riot/paihderiippuvuus>

Tienvieri, S. 2011. Isien kokemuksia kohtaamisista sosiaalityöntekijöiden kanssa. Helsingin yliopisto: Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro – gradu tutkielma. Viitattu 6.11.2015. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/26377/gradu.pdf?sequence=2>

Tuomainen, M. 2013. Erityisesti Isä- projekti. Viitattu 5.10.2015. http://www.lskl.fi/files/1892/Alaseminaari_8_Mari_Tuomainen.pdf

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. Helsinki: Tammi

Tyynelä. Kehittämiskeskus Tyynelä. – Erityisesti isä vahvistaa vanhemmuutta ja osallisuutta. Viitattu 9.11.2015. <http://www.tyynela.fi/erityisesti-isa>

Zastrow, C. 2004. Introduction to social work and social welfare. University of Wisconsin: Whitewater.

Liitteet

Liite 1 Infotiedote

Infoa haastateltaville!



Hei!

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä ja aiheenamme on läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän kuntoutumisessa. Teemme yhteistyötä Tyynelän Erityisesti isä- projektin kanssa.

Tutkimuksen onnistumisen kannalta olisi ensiarvoisen tärkeätä saada haastatella teitä. Kaikki haastattelut nauhoitetaan, mutta missään vaiheessa ei tule ilmi teidän henkilöllisyys, sillä noudatamme ehdotonta vaitiolovelvollisuutta. Nauhoitukset hävitetään tietosuojajätteen mukaisesti, kun olemme saaneet haastattelun sisällön kirjoitettua ylös.

Kiitos!

Aurinkoisin terveisin:

Essi Mäkinen

ja

Hannele Myllylahti

H9979@student.jamk.fi

H9498@student.jamk.fi

Liite 2 Teemahaastattelurunko

Pääkysymys on:

- Mikä on läheisen merkitys päihteitä käyttävän isän arjessa?

Alakysymykset:

- Millaista tukea päihteitä käyttävä isä on saanut läheiseltä arkeensa?

- Millaista tukea päihteitä käyttävä isä haluaa saada läheiseltä tulevaisuudessa?

- Millaista tukea päihteitä käyttävä isä on saanut läheiseltä omaan isyyteen?

Varsinaiset haastattelukysymykset:

- Alkulämmittelyä ja kuulumisten vaihtamista (montako lasta, milloin tavannut lapsia?

Onko lapsi/lapset tyttöjä/poikia? Asuvatko kotona, minkä ikäisiä?)

PÄIHTEET:

- Kuka on sinun läheisin henkilö joka on auttanut sinua päihteiden käytön vähentymisessä?

- Mikä on päihteiden rooli tällä hetkellä elämässäsi?
- Kuinka usein käytät päihteitä? (jos käyttää)
- Mikä sinua on auttanut selviytymään tähän asti?
- Millaista apua olet saanut läheiseltä päihteiden käytön vähentämiseen?
- Kuinka päihteiden käyttö vaikuttaa läheiseesi?

ISYYYS

- Mitä ajattelet isyydestäsi tällä hetkellä?
- Millainen isä haluat lapsillesi olla tulevaisuudessa?
- kuka on sinun läheisin henkilö joka on auttanut sinua isyydessä?
- Kuinka läheinen on sinua auttanut isyydessä?
- Kuinka läheinen on auttanut sinua käsittelemään isyyttä?
- Millaista apua olet saanut läheiseltä isyyteen?
- Millaisia muutoksia isyydessäsi on tapahtunut päihteiden käytön vähentymisen aikana?
- Onko läheinen huomannut sinussa muutoksia?
- Miltä se sinusta tuntui?

Muut:

- Miten voit itse tukea läheistäsi?

-Millaista tukea toivot saavasi läheiseltä tulevaisuudessa?

Liite 3 Analysointi

Päihteet	Isyys	Läheisen merkitys	Apu/tuki
4/5 raitis, 1 käyttää mutta päihteen käyttö ei halitse elämää.	Kaikki olivat kokeneet isyyden elämässään hyvänä asiana.	Päihteidenkäyttö aiheutti luottamuspulaa, huolta, surua ja välirikkoja läheisiin.	Kaikki isät kokivat saaneensa keskusteluapua läheisiltä.
4/5 raittiina yli 6kk.	Isyys auttanut arkeen, kun on joutunut ottamaan vastuuta.	Läheinen oli eri henkilö päihteissä ja isyydessä.	Rahallisella avulla oli myös suuri merkitys.
Kaikilla oli käytettynä päihteenä alkoholi.	Isyys nähdään voimavarana. Isät eivät käyttäneet päihdettä lasten läsnä ollessa.	Isät kokivat, että voivat nykyään konkreettisesti auttaa läheisiään samalla tavalla miten heitä on autettu.	Positiivinen palaute.
Kaksi käytti antabuslääkitystä.	3/5 mainitsi lapset tärkeimpänä läheisenä päihteidenkäytön vähentämisessä.	Isät mainitsivat läheisekseen sisaruksen, äidin, lapset, mummon tai ex-puolison.	2/5 kertoi saaneensa apua Eri-tyisesti- ISÄ -projektista.

3/5 oli käynyt päihdekuntoutuksessa.	Kaikki kokivat tällä hetkellä olevansa hyviä ja rakastavia isiä.	Yksi isistä koki, että hän on itse ollut paras henkilö auttamaan itseään päihteiden käytön vähentämisessä.	Lastenhoitoapu mummolta
2/3 meni päihdekuntoutukseen läheisen kehotuksesta.	4/5 kokivat olevansa raittiita isiä nyt ja tulevaisuudessa.		Ajatusten vaihtaminen.
	Yksi isä koki, ettei ole saanut minikäänlaista apua/tukea isyyteen.		
	4/5 koki, että isyys on muuttunut parempaan suuntaan. Jaksaminen ja energisyys ovat parantuneet lopettamisen myötä.		

	Yksi mainitsi ver- taistuen tärkeäksi isyyden tukemi- sessa.		
	Isät haluavat olla lapsilleen pa- rempi isämalli, kuin mitä heillä itsellään on ollut lapsena.		